

Ирина Краснова

# МЕХАНИКА ИС: от "Банки" к тексту

## Рабочая тетрадь



Часть 1 | Учимся писать итоговое сочинение

Эту тетрадь придумала и собрала я, Ирина Краснова, **кандидат филологических наук**, учитель русского языка и литературы высшей категории. После **10 лет работы с выпускниками** я отобрала только то, что реально помогает получить зачёт, и убрала всё, что только отнимает время.

Вы спросите: при чём здесь «Банка»?

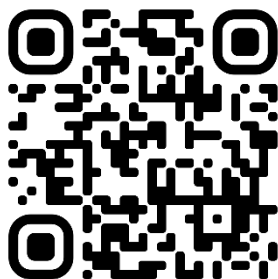
«Банка тем» — это сборник всех тем итогового сочинения за всё время существования экзамена. Я собрала его в 2023 году, когда ФИПИ анонсировало закрытый банк тем. Слово-сочетание «банк тем» даже выговорить сложно, а вот «Банка тем» — это тема. Так и повелось.

После очередного обновления сборника я поняла: одного списка тем мало. Чтобы справиться с таким объёмом, нужны другие инструменты. И я решила перенести в эту тетрадь весь свой десятилетний опыт подготовки к экзамену.

То, что вы держите в руках — это **квинтэссенция** моих занятий с выпускниками. Здесь я разложила по полочкам всё то, что мы обычно проговариваем вслух: как выдерживать логику, как не бояться чистого листа и как соединять свои мысли в крепкий текст. Это не учебник, а **тренажёр, который учит управлять ходом собственных рассуждений**.

Читайте, пробуйте, пишите. Я создала этот инструмент, чтобы путь к зачёту стал для вас понятным, коротким и, насколько это возможно, спокойным.

Скачать Банку тем:



Написать мне в ТГ:



@IRINA\_KRRRASNOVA

*«Интеллекту не нужно поклоняться, им нужно пользоваться».*  
*По Г. К. Честертону.*

Готовиться к итоговому сочинению можно без нервотрёпки и круглосуточных занятий. Достаточно одного-двух часов в неделю. В этой тетради — ровно столько, сколько нужно, и ничего лишнего. Всё, что вы здесь делаете, работает на экзамене. Никакой воды.

### **Как устроена тетрадь**

В ней 2 части и пять шагов. Каждый шаг — один блок занятий. Проходите последовательно, пропускать не стоит.

#### **1 часть**

1. **О чём спрашивают?** — учимся понимать тему и не уходить в сторону.
2. **Как построить ответ?** — набрасываем скелет сочинения за 5 минут.
3. **Чем доказывать?** — находим подходящие примеры за 5 шагов.

#### **2 часть**

4. **Как написать текст?** — пишем вступление, аргументы, заключение.
5. **Как проверить?** — проверяем по критериям ФИПИ.

В конце тетради — ключи, чтобы свериться, а в конце каждого блока — рефлексия, чтобы понять, что получается, а над чем ещё работать.

Все темы взяты из «Банки тем итогового сочинения, 2014-2026».

### **Когда начинать и сколько заниматься**

Экзамен — в первую среду декабря. От этой даты отсчитываем 12 недель назад. Начинаем в середине сентября. Одно занятие в неделю по 1–1,5 часа. В сумме — 12–18 часов на всю подготовку. Освободившееся время лучше всего потратить на тестовую часть ЕГЭ по русскому языку или другие предметы.

**Этого достаточно, чтобы написать сочинение без страха и получить зачёт!**

## Оглавление

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| Суть экзамена.....                                                  | 6  |
| Блок 1. О чём спрашивают? Ключевые слова и слова-ограничители.....  | 8  |
| Ключевые слова и слова-ограничители .....                           | 8  |
| Упражнение 1.1. Находим ключевые слова и слова-ограничители .....   | 8  |
| Слова-ловушки.....                                                  | 9  |
| Упражнение 1.2. Находим ключевые слова, ограничители и ловушки..... | 10 |
| Переформулируем тему в рабочий вопрос .....                         | 12 |
| Упражнение 1.3. Переформулируем тему в «рабочий вопрос» .....       | 13 |
| Практикум 1. Всё сразу.....                                         | 16 |
| Литературный аудит (по желанию) .....                               | 18 |
| Рефлексия.....                                                      | 20 |
| Блок 2. Как построить ответ? Скелет сочинения.....                  | 21 |
| Формула скелета (ТАС).....                                          | 21 |
| Т — Твоё утверждение .....                                          | 21 |
| Упражнение 2.1. «Трансформер» (Т — Утверждение).....                | 21 |
| А — Аргументы .....                                                 | 23 |
| Упражнение 2.2. «Почемучка» (А — Доказательства) .....              | 24 |
| С — Следствие.....                                                  | 27 |
| Упражнение 2.3. «Выход на новый уровень» (С — Следствие) .....      | 27 |
| Упражнение 2.4. «Найди ошибку».....                                 | 31 |
| Практикум 2. Всё сразу.....                                         | 32 |
| Как выбрать тему .....                                              | 37 |
| Рефлексия.....                                                      | 38 |
| Блок 3. Чем доказывать? Находим тексты .....                        | 39 |
| Шаг 1. Определите вектор темы .....                                 | 40 |
| Упражнение 3.1. Определяем вектор темы.....                         | 40 |
| Шаг 2. Найдите опорный образ в этом векторе.....                    | 41 |
| Ловушка: один вектор или несколько? .....                           | 42 |
| Как это работает на практике .....                                  | 42 |
| Упражнение 3.2. Находим опорный образ .....                         | 44 |
| Обратный вход: от текста к аргументу.....                           | 45 |
| Упражнение 3.3. ....                                                | 45 |
| Практикум 3. Финальный аккорд.....                                  | 47 |
| Рефлексия.....                                                      | 50 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ .....                                                    | 51 |
| Формула скелета (для самостоятельной работы) .....                  | 51 |
| Слова-ловушки.....                                                  | 52 |
| КЛЮЧИ.....                                                          | 56 |
| Бонус. Два текста, которые закроют почти все темы .....             | 68 |

## ИТОГОВОЕ СОЧИНЕНИЕ

2025/26 учебный год

Выберите только ОДНУ из предложенных тем итогового сочинения, в бланке регистрации и бланке записи укажите номер выбранной темы итогового сочинения, в бланке записи итогового сочинения перепишите название выбранной темы итогового сочинения. Напишите сочинение-рассуждение на эту тему. Рекомендуемый объём – от 350 слов. Если в сочинении менее 250 слов (в подсчёт включаются все слова, в том числе служебные), то за такую работу ставится «незачёт».

Итоговое сочинение выполняется самостоятельно. Не допускается списывание сочинения (фрагментов сочинения) из какого-либо источника или воспроизведение по памяти чужого текста (работа другого участника, текст, опубликованный в бумажном и (или) электронном виде, и др.).

Допускается прямое или косвенное цитирование с обязательной ссылкой на источник (ссылка даётся в свободной форме). Объём цитирования не должен превышать объём Вашего собственного текста. Если сочинение признано несамостоятельным, то выставляется «незачёт» за работу в целом (такое сочинение не проверяется по критериям оценивания).

В рамках заявленной темы сформулируйте свою позицию, докажите её, подкрепляя аргументы примерами из опубликованных литературных произведений. Можно привлекать произведения устного народного творчества (за исключением малых жанров), а также художественную, документальную, мемуарную, публицистическую, научную и научно-популярную литературу (в том числе философскую, психологическую, литературоведческую, искусствоведческую), дневники, очерки, литературную критику и другие произведения отечественной и мировой литературы. Достаточно опоры на один текст (количество привлечённых текстов не так важно, как глубина раскрытия темы с опорой на литературный материал).

Продумайте композицию сочинения. Соблюдайте речевые и орфографические нормы (разрешается пользоваться орфографическим словарём). Сочинение пишите чётко и разборчиво.

При оценке сочинения особое внимание уделяется соблюдению требований объёма и самостоятельности написания сочинения, его соответствию выбранной теме, умениям аргументировать позицию и обоснованно привлекать литературный материал.

### Комплект тем итогового сочинения

№ ИС05022025-01

| НОМЕР | ТЕМА                                                                                                                                        |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 128   | Разделяете ли Вы убеждение автора романа «Война и мир» в том, что для счастья человеку необходимы любовь и взаимопонимание близких?         |
| 230   | Согласны ли Вы с утверждением, что повзрослеть – значит научиться нести ответственность за других?                                          |
| 323   | Какие жизненные принципы и правила Вы бы постарались сохранить неизменными при любых обстоятельствах?                                       |
| 425   | Событие отечественной истории, запечатлённое в искусстве.                                                                                   |
| 504   | В чём заключается нравственная ответственность учёного за результаты своей деятельности?                                                    |
| 605   | Жизненный опыт кого из литературных героев может быть иллюстрацией к мысли А.С. Пушкина: «Бегут, меняясь, наши лета, меняя всё, меняя нас»? |

**Примечание.** В комплект тем итогового сочинения включены по две темы из каждого раздела банка тем итогового сочинения в соответствии со следующей последовательностью.

Темы 1, 2 «Духовно-нравственные ориентиры в жизни человека».

Темы 3, 4 «Семья, общество, Отечество в жизни человека».

Темы 5, 6 «Природа и культура в жизни человека».

### Что от вас требуется

Прочитайте формулировку задания на предыдущей странице. Она начинается так: «*Выберите только ОДНУ из предложенных тем итогового сочинения... Напишите сочинение-рассуждение на эту тему*». Всё остальное в задании — это пояснения. А главное действие — **выбрать тему и написать по ней текст**.

### Как выбрать тему

Вам предложат шесть тем. Не хватайтесь за первую, где узнали знакомое слово. Сделайте два шага:

1. **Прочитайте все темы.** Вычеркните те, где вы не понимаете, о чём спрашивают (даже если там есть знакомое слово).
2. **Из оставшихся выберите ту, по которой у вас есть прочитанные тексты.** Не «хочется написать», а «есть чем доказать»: вы помните название и автора текста, имена героев и их поступки.

**Простое правило:** пишите только о том, что понимаете и что можете доказать с опорой на литературу.

На что дальше обратить внимание?

**Объём.** Минимум — 250 слов. Это немного. Одно сочинение по этой тетради — 350–400 слов. Объёма бояться не нужно.

**Самостоятельность.** Сочинение вы пишете сами, без интернета и шпаргалок. Это требование ФИПИ. Тетрадь сделана так, чтобы к декабрю вы могли написать текст без опоры на подсказки. Всё нужное уже будет в голове.

### Критерии оценивания

Их пять. **Не бойтесь этого списка. Это не про то, как вас накажут, а про то, что эксперт будет искать в вашем тексте. Если вы напишете осмысленное сочинение — критерии сработают сами собой.**

**K1. Соответствие теме** — вы ответили на вопрос и в *каждом абзаце пишете о том, о чём спрашивают*, не уходя в рассуждения о посторонних вещах. Зачет по этому критерию обязателен. Если здесь «незачет» — аннулируется вся работа.

**K2. Опора на литературный материал** — вы написали автора и название существующей книги, описали сцену или персонажа оттуда, и это послужило примером для доказательства ваших мыслей. Зачет по этому критерию также обязателен.

Обратите внимание на разницу между аргументом и примером:

|                                                   |                                                           |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Аргумент — это объяснение, почему вы так считаете | Пример — это конкретные сцены, поступки, цитаты из текста |
| «Настоящая любовь требует жертвенности»           | «Соня идёт за Раскольниковым на каторгу»                  |

Если в сочинении есть только пример, но нет объяснения — вы не доказали свою позицию. Если есть только объяснение, но нет примера — вы голословны. Нужно и то, и другое.

**К3. Логика** — сочинение не противоречит само себе. Вступление, аргументы и заключение работают на одну мысль.

**К4. Речь** — вы не повторяете одни и те же слова через предложение и не используете штампы.

**К5. Грамотность** — не больше пяти орфографических, пунктуационных или грамматических ошибок на 100 слов. **Это не страшно. Вот простой расчёт:** количество слов разделить на 100 и умножить на 5. Например:  $327 / 100 \times 5 \approx 16$  ошибок. Столько ошибок вы можете допустить и всё равно получить зачёт по этому критерию. **Главное — чтобы они не мешали понимать текст.**

Помимо обязательных К1 и К2, для итогового зачёта вам нужно получить «зачет» хотя бы по одному критерию из оставшихся (К3, К4 или К5).

### **Как устроена тетрадь**

Каждый из этих критериев мы отрабатываем в отдельном блоке:

1. К1 — блок 1 («О чём спрашивают?»)
2. К2 — блоки 2 и 3 («Чем доказывать?» и «Как построить ответ?»)
3. К3 и К4 — блок 4 («Как написать текст?»)
4. К5 — блок 5 («Как проверить?»)

После работы с тетрадью вы будете точно знать, как работают все критерии, и писать сочинение осознанно, а не на удачу.

## Блок 1. О чём спрашивают? Ключевые слова и слова-ограничители

Одна из причин незачёта — не ошибки в аргументах и не орфография, а **отход от темы**. Ученик пишет о том, что он знает, а не о том, о чём спросили. Чтобы этого избежать, нужно научиться читать тему как задание. Этому и посвящён первый блок.

### Ключевые слова и слова-ограничители

В любой теме присутствуют **ключевые слова** и **слова-ограничители**.

**Ключевое слово** — это «тема темы» (или объект изучения, если говорить в терминах научных исследований). То, о чём мы будем писать.

**Слова-ограничитель** — это конкретный кусок темы (или предмет изучения). То, с какой точки зрения мы будем про это писать.

### Пример:

244. Как Вы понимаете слово «честь»?

- **Ключевое слово:** «честь» — это тема сочинения, мы будем писать про честь.
- **Слова-ограничители:** «как вы понимаете» — это то, как именно мы будем писать про честь, а именно так, как мы сами это понимаем.

### Упражнение 1.1. Находим ключевые слова и слова-ограничители

Давайте потренируемся? Ещё раз, как пример:

#### Разбор. Три темы с готовым ответом

| Тема                                      | Ключевое слово | Слова-ограничители |
|-------------------------------------------|----------------|--------------------|
| 524. Дружба в жизни человека. (стр. 8)    | дружба         | в жизни человека   |
| 231. Что такое честь? (стр. 12)           | честь          | что такое          |
| 303. Что такое «любовь к жизни»? (стр. 9) | любовь         | к жизни, что такое |

Теперь вы. Найдите слова-ограничители (ключевые слова уже выделены).

| Тема                                                      | Ключевое слово (дано) | Слова-ограничители (найдите) |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------|
| 443. Путешествие — способ познания себя и мира. (стр. 11) | путешествие           |                              |
| 343. Зачем нужны цели в жизни? (стр. 16)                  | цель (цели)           |                              |
| 401. Что помогает человеку стать смелым? (стр. 16)        | смелость              |                              |

## Рефлексия

Что я узнал такого, чего никогда раньше не слышал?

В чем были сложности? Что стоит потренировать еще?

Что буду делать иначе в следующий раз?



**А теперь всё сами.**

| Тема и Рабочий вопрос (из Практикума Блока 1)                                                                                              | Твоё утверждение |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Можно ли найти счастье в том, чтобы помогать несчастным?<br>((Может ли служение другим стать для человека источником личного счастья?))    |                  |
| Обязательно ли друзьям иметь схожее мировоззрение?<br>((Что в отношениях важнее — согласие во взглядах или готовность принимать другого?)) |                  |
| При каких условиях семейный союз может стать счастливым?<br>((Что превращает формальный союз мужчины и женщины в счастливую семью?))       |                  |
| Природа — «храм» или «мастерская»<br>((Должен ли человек относиться к природе потребительски или бережно?))                                |                  |

А — Аргументы

**Кстати, мы сразу учимся писать два аргумента.**

По правилам ФИПИ достаточно одного аргумента и одного литературного примера. Если вы напишете глубокий, развёрнутый анализ одного текста на 250+ слов — вы получите зачёт.

Но в этой тетради мы с самого начала строим скелет с двумя аргументами. Зачем?

1. **Это ваша страховка.** Если один аргумент окажется слабым или пример не совсем попадает в тему — второй вас спасёт.
2. **Это помогает набрать объём.** Вместо того чтобы лить «воду» или пересказывать сюжет, вы просто добавляете ещё один доказательный блок.
3. **Это архитектурная прочность.** Сочинение с двумя опорами устойчивее, чем с одной.

Вы можете написать и с одним аргументом — это ваше право. Но мы в этой тетради тренируемся сразу на двух, чтобы на экзамене у вас был запас прочности.

### 2.1. Доказательства

Здесь вы объясняете, **почему** вы так думаете и почему ваше утверждение верно.

Это продолжение вашего ответа — вы говорите **«потому что...»** и приводите причины.

Доказательство **всегда обобщено** — вы не называете конкретных героев или книг. Вы объясняете принцип, доказываете свою точку зрения.

А теперь всё сами.

| Тема и Рабочий вопрос (из Практикума Блока 1)                                                                                                  | Твоё утверждение (вариант из ключей к 2.1)              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Можно ли найти счастье в том, чтобы помогать несчастным?</b> ((Может ли служение другим стать для человека источником личного счастья?))    | Да, счастье можно найти в помощи несчастным.            |
| <b>Доказательство 1</b>                                                                                                                        | <b>Доказательство 2</b>                                 |
|                                                                                                                                                |                                                         |
| <b>Тема и Рабочий вопрос (из Практикума Блока 1)</b>                                                                                           | <b>Твоё утверждение (вариант из ключей к 2.1)</b>       |
| <b>Обязательно ли друзьям иметь схожее мировоззрение?</b> ((Что в отношениях важнее — согласие во взглядах или готовность принимать другого?)) | Нет, друзьям не обязательно иметь схожее мировоззрение. |
| <b>Доказательство 1</b>                                                                                                                        | <b>Доказательство 2</b>                                 |
|                                                                                                                                                |                                                         |

| Тема и Рабочий вопрос (из Практикума Блока 1)                                                                                            | Твоё утверждение (вариант из ключей к 2.1)                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| <b>При каких условиях семейный союз может стать счастливым?</b> ((Что превращает формальный союз мужчины и женщины в счастливую семью?)) | Семейный союз становится счастливым при уважении и доверии. |
| <b>Доказательство 1</b>                                                                                                                  | <b>Доказательство 2</b>                                     |
|                                                                                                                                          |                                                             |
| <b>Тема и Рабочий вопрос (из Практикума Блока 1)</b>                                                                                     | <b>Твоё утверждение (вариант из ключей к 2.1)</b>           |
| <b>Природа — «храм» или «мастерская»?</b> ((Должен ли человек относиться к природе потребительски или бережно?))                         | Природа — это и храм, и мастерская.                         |
| <b>Доказательство 1</b>                                                                                                                  | <b>Доказательство 2</b>                                     |
|                                                                                                                                          |                                                             |

|                                                                                |                                                                |                     |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Тема сочинения:</b> №305. Верно ли, что добро всегда сильнее зла? (стр. 20) |                                                                |                     |
| Ключевые слова                                                                 | Слова-ограничители                                             | Есть ловушка? Какая |
|                                                                                |                                                                |                     |
| Как переформулируем в рабочий вопрос:                                          |                                                                |                     |
|                                                                                |                                                                |                     |
| Твое утверждение (прямой ответ на рабочий вопрос)                              |                                                                |                     |
|                                                                                |                                                                |                     |
| <b>Аргументы</b>                                                               |                                                                |                     |
| Доказательство 1                                                               | Доказательство 2                                               |                     |
|                                                                                |                                                                |                     |
| Лит пример 1                                                                   | Лит пример 2                                                   |                     |
| Здесь должен быть Лит. пример 1.<br>Мы подберем его в блоке 3.                 | Здесь должен быть Лит. пример 2.<br>Мы подберем его в блоке 3. |                     |
| Следствие (Что из этого следует?)                                              |                                                                |                     |
|                                                                                |                                                                |                     |

Тип 10. Вопросы про условия и обстоятельства («когда»)

| Ловушка                                                                | Что спрашивают           | Что НЕ надо писать   |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------|
| «когда»                                                                | условия и обстоятельства | пространное описание |
| <b>Пример из банка (стр., №)</b>                                       |                          |                      |
| «Когда любовь становится испытанием?» (стр. 10, № 329)                 |                          |                      |
| «Когда возникает конфликт между чувствами и разумом?» (стр. 11, № 103) |                          |                      |
| «Когда человек забывает о времени?» (стр. 9, № 124)                    |                          |                      |
| «Когда поражение ценнее победы?» (стр. 13, № 322)                      |                          |                      |

Тип 11. Вопросы с «можно ли обойтись»

| Ловушка                                                     | Что спрашивают     | Что НЕ надо писать      |
|-------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------|
| «можно ли обойтись»                                         | возможность замены | просто похвала предмету |
| <b>Пример из банка (стр., №)</b>                            |                    |                         |
| «Можно ли обойтись в жизни без творчества?» (стр. 8, № 527) |                    |                         |
| «Можно ли прожить без дружбы?» (стр. 15, № 545)             |                    |                         |
| «Можно ли обойтись в жизни без идеалов?» (стр. 26, № 212)   |                    |                         |

Тип 12. Вопросы про достаточность

| Ловушка                                                                       | Что спрашивают | Что НЕ надо писать          |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------|
| «достаточно ли»                                                               | условия        | просто перечисление качеств |
| <b>Пример из банка (стр., №)</b>                                              |                |                             |
| «Достаточно ли одной смелости для того, чтобы стать героем?» (стр. 35, № 452) |                |                             |