

Как подготовиться к экзаменам?

(памятка для выпускников)

Подготовка к экзамену

- **Сначала подготовь место для занятий**
- **Составь план занятий**

Составляя план на каждый день подготовки, необходимо четко определить, что именно сегодня ты будешь делать: какие разделы и темы рассмотрим и повторим

- **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 войдешь в рабочий ритм, и дело пойдет

- **Чередуй занятия и отдых** (например: 40 минут занятий, затем 10 минут — перерыв)

- **Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить наизусть весь учебник.** Полезно структурировать материал за счет составления планов, схем, причем желательно на бумаге. Планы полезны и потому, что их легко использовать при кратком повторении материала

- **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, еще раз остановиться на самых трудных вопросах,**

- **Можно ввести в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета,** поскольку они повышают интеллектуальную активность. Для этого бывает достаточно какой-либо картинки в этих тонах или эстампа.

Накануне экзамена

Многие считают: для того чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это неправильно. Напротив, с вечера перестань готовиться, прими душ, погуляй, выступи.

Во время экзамена

- **Будь внимателен**
- **Сосредоточься**
- **Начни с легкого**

Начни с решения тех задач, в знании которых ты не сомневаешься. Тогда ты успокоишься, голова начнет работать более ясно и четко, и ты войдешь в рабочий ритм.

- **Читай вопросы и задания до конца**
Спешка - верный способ совершить досадные ошибки в самых легких задачах

- **Запланируй два круга**

Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведенного времени пройти по легким вопросам («первый круг»), а потом спокойно вернуться и подумать над трудными («второй круг»)

- **Проверь**

Оставь время для проверки своей работы, хотя бы, чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки

- **Не паникуй**

Самое главное — успокоиться и сосредоточиться, и тогда успех не заставит себя ждать