|  |  |
| --- | --- |
| **Как подготовиться к экзаменам и сдать их?**  **Подготовка к экзамену:**   * Сначала подготовь место для занятий: убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради и т.п. * Составляя план на каждый день подготовки, необходимо четко определить, что именно сегодня ты будешь делать, какие именно разделы и темы рассмотришь и повторишь. * 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 ты войдешь в рабочий ритм, и дело пойдёт. * Чередуй занятия и отдых, скажем, 40 минут занятий, затем 10 минут - 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 счет составления планов, схем, причем желательно на бумаге. Планы полезны и потому, что их удобно использовать при кратком повторении материала. * Готовясь к экзаменам, никогда не думай, 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.   ***Накануне экзамена:***   * Многие считают: для того, чтобы полностью подготовиться к экзамену, не  хватает одной последней перед ним  ночи. Это не правильно. Ты уже устал, и не надо себя переутомлять. Напротив, с вечера перестань готовиться, прими душ, погуляй. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением своего здоровья, силы, "боевого" настроя. Ведь экзамен - это своеобразная борьба, в которой нужно проявить себя, показать свои возможности и способности. * В школу перед экзаменом ты должен явиться не опаздывая, лучше за полчаса до его начала. При себе нужно иметь несколько (про запас) гелиевых ручек с черными чернилами. | ***Во время экзамена:***   * В начале вам сообщат необходимую информацию. Будь внимателен! * Сосредоточься! Постарайся на время забыть про окружающих. Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время экзамена. Торопись не спеша! Жёсткие рамки времени не должны влиять на качество твоей работы. * Начни с легкого! Начни решения тех задач (ответа на те вопросы), в знании которых ты не сомневаешься, не останавливайся на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты успокоишься, голова начнет работать более ясно и четко, и ты войдешь в рабочий ритм. Ты как бы освободишься от нервозности, и вся твоя энергия будет направлена на более трудные вопросы. * Читай вопросы и задания до конца! Спешка не должна приводить к тому, что ты стараешься понять условия задачи "по первым словам" и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых лёгких задачах. * Запланируй два круга! Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведённого времени пройтись по лёгким вопросам (задачам) ("первый круг"), 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 паникуй!** Самое главное - успокоиться и сосредоточиться, и тогда успех не заставит себя ждать!   **Дорогие наши выпускники! Желаем удачи!!!** |