

Экзамен-это не сложно! (подготовка к экзамену)

* Составь план занятий. Для начала определи: кто ты – „сова” или „жаворонок” и в зависимости от этого максимально используй утренние или вечерние часы.

* Составляя план на каждый день подготовки, необходимо четко определить, что именно сегодня будет изучаться. Не в общем: "немножко поучусь", а какие именно разделы и темы.

* Начни с самого сложного, с того раздела, который знаешь хуже всего. Но, если тебе тяжело, можно начать с того материала, который для тебя самый интересный.

* Чередуй занятия и отдых: скажем, 40 минут занятий, 10 минут перерыв.

* Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить весь учебник. Полезно структурировать материал, составлять планы, схемы. Планы полезны еще и потому, что их легко использовать при повторении материала.

* Тренируйся с секундомером в руках, засекай время выполнения заданий экзамена.

* При изучении используй как можно больше органов чувств. Когда пытаешься что-то запомнить – читай вслух. Тогда ты не только видишь слова, но и слышишь их, и одно восприятие усиливает другое.

* Лучше всего изучать что-то наизусть перед сном, а не после. Поэтому, если ты хочешь отдохнуть, соверши прогулку днем, а вечернее время лучше потратить на повторение всего, что выучил.

* Готовясь к экзамену, никогда не думай о том, что не справишься с заданием, а напротив, представляй картину триумфа: как ты с успехом справляешься со сложной ситуацией.

* Оставь один день перед экзаменом (лучше предпоследний, а в последний - отдохмай) на то, чтобы снова повторить планы ответов, еще раз остановиться на самых трудных вопросах.