

Советы выпускникам: как подготовиться к сдаче экзаменов. Подготовка к экзамену.

Подготовка к экзамену.

- Сначала подготовь место для занятий, убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши и т.п.
- Можно ввести в интерьер комнаты жёлтый и фиолетовый цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность. Для этого бывает достаточно какой-либо картинки в этих тонах.
- Составь план занятий. Для начала определи: кто ты – «сова» или «жаворонок» и в зависимости от этого максимально используй утренние и вечерние часы. Составляя план на каждый день подготовки, необходимо чётко определить, что именно сегодня будет изучаться. Не вообще: «немного позанимаюсь», а какие именно разделы и темы.
- 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 войдёшь в рабочий ритм, и дело пойдёт.
- Чередуй занятия и отдых, скажем, 40 минут занятий, затем 10 минут перерыв. Можно в это время полить цветы, помыть посуду, сделать зарядку, принять душ.
- Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить весь учебник. Полезно структурировать материал за счёт составления планов, схем, причём на бумаге. Планы полезны и потому, что их легко использовать при повторении материала.
- Выполняй как можно больше различных опубликованных тестов по этому предмету. Эти тренировки знакомят тебя с конструкциями тестовых заданий.
- Тренируйся с секундомером в руках, засекай время выполнения тестов (на заданиях в части А уходит в среднем по 2 минуты на одно.
- 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, ещё раз остановиться на самых трудных вопросах.

Накануне экзамена.

- Многие считают, для того чтобы подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это не правильно. Ты уже устал и не надо переутомлять себя. Напротив, с вечера перестань готовиться, прими душ, соверши прогулку. 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 пункт сдачи экзамена ты должен явиться не опаздывая, лучше за полчаса до начала тестирования. При себе нужно иметь пропуск, паспорт (не свидетельство о рождении) и несколько (про запас) гелиевых или капиллярных ручек с чёрными чернилами.
- Если в школе холодно, не забудь тепло одеться, ведь ты будешь сидеть на экзамене 3 часа.

Во время тестирования.

- В начале тестирования вам сообщат необходимую информацию (как заполнять бланк, какими буквами писать, как кодировать номер школы и т.д.) Будь внимателен!!! От того, как ты внимательно запомнишь эти правила, зависит правильность твоих ответов.
- Бланк ответов (область регистрации, сами ответы и пр.) ты заполняешь только печатными буквами! Обрати внимание на то, как пишутся некоторые буквы, например, «а». Часть информации записывается в кодированной форме, которую тебе скажут перед началом тестирования.