



План подготовки к экзаменам

Кто сдает экзамены, независимо от их результата, постигает самую важную в жизни науку – умение не сдаваться в трудной ситуации, а провалившись – вдохнуть полной грудью и идти дальше!

Уважаемые выпускники, для успешной сдачи экзамена, необходимо следовать правилам:

1. Осознанно выбирайте дисциплины, по которым будете сдавать экзамены!
2. Распределите содержание материала равномерно по частям!
3. Составьте план занятий на каждый день, четко определив конкретные темы для изучения, время, чередование занятий и отдыха!
4. Разбивайте изучаемый материал на логические куски, используя схемы, кластеры, как приемы схематического представления материала на бумаге!
5. По возможности, пересказывайте изученный материал своими словами, решайте тестовые задания для самопроверки, что приведет к осмысленному запоминанию!
6. Подготовьте место для занятий: уберите все лишнее, что может отвлечь, удобно расположите учебные материалы!
7. Повторяйте трудно запоминаемый материал несколько раз в день!
8. Изучайте материал с учетом «правило края»: обычно лучше запоминаются начало и конец информации, а середина «выпадает».
9. Учтите свои индивидуальные особенности: («жаворонок» он или «сова»). Сложные темы лучше изучать в часы подъема, хорошо знакомые – в часы спада!
10. Заботьтесь о своем здоровье, соблюдая режим и правильность питания!
11. Не забывайте об отдыхе на свежем воздухе!
12. Готовясь к экзаменам, никогда не думайте о том, что не справишься с заданием, а напротив, мысленно рисуйте себе картину триумфа!

**УСПЕШНОГО И КОМФОРТНОГО ВАМ ПРОДВИЖЕНИЯ К
УСПЕХУ!!!!**