

Подготовка к экзамену:

- Подготовь место для занятий: убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши и т.п.
- Введи в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета: они повышают интеллектуальную активность. Для этого достаточно картинки или эстампа в этих тонах.
- 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, чётко определи, что именно сегодня будешь изучать; не вообще: «немного позанимаюсь», а какие именно разделы и темы.
- Начни с самого трудного раздела, с того материала, который знаешь хуже всего. Но если тебе трудно «раскачаться», можно начать с того материала, который наиболее интересен и приятен.
- Чередуй занятия и отдых: 40 минут занятий, затем 10 минут - перерыв. Во время перерыва можно помыть посуду, полить цветы, сделать зарядку, принять душ.
- Выполняй как можно больше различных тестов по предмету. Эти тренировки ознакомят тебя с конструкциями тестовых заданий.
- Тренируйся с секундомером в руках, засекай время выполнения тестов (на одно задание в среднем должно уходить не более 1,5 - 2 минут).
- Готовясь к экзаменам, мысленно рисуй себе картину победы, успеха. Никогда не думай о том, что не справишься с заданием.
- Оставь один день перед экзаменом на то, чтобы ещё раз повторить самые трудные вопросы.