

ГИА – твой путь к успеху: план подготовки к экзаменам

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 желтый и фиолетовый цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность. Для этого бывает достаточно какой-либо картинки в этих тонах или эстампа.

- ***Осознанно выбирай дисциплины, по которым будете сдавать экзамены***
- ***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 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 войдешь в рабочий ритм, и дело пойдет.
- ***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 забывай об отдыхе на свежем воздухе.
- ***Полезно структурировать материал за счет составления планов,*** схем, причем желательно на бумаге. Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить наизусть весь учебник.
- ***Выполняй как можно больше различных опубликованных тестов по этому предмету.*** Эти тренировки ознакомят тебя с конструкциями тестовых заданий.
- ***Тренируйся с секундомером, засекай время выполнения тестов.***
- ***Готовясь к экзаменам, никогда не думай о том, что не справишься с заданием, а напротив, мысленно рисуй себе картину триумфа.***
- ***Заботься о своем здоровье, соблюдая режим и правильность питания.***
- ***Оставь один день перед экзаменом на то, чтобы вновь повторить все планы ответов, еще раз остановиться на самых трудных вопросах.***