

## 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.**
- **Готовься 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.**