

Подготовка к экзамену.

- ü **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 ты будешь изучать. Не вообще «немного позанимаюсь», а какие именно разделы и темы предстоит изучить.
- ü **Чередуй занятия и отдых**, скажем, 40 минут занятий, затем 10 минут – перерыв. Можно в это время помыть посуду, полить цветы, сделать зарядку, принять душ.
- ü **Замечай время**, за которое ты выполняешь тесты, тренируйся «с секундомером в руках».
- ü **Готовясь к экзаменам**, никогда не думай о том, что не справишься с заданием, а напротив, мысленно **рисуй себе картину триумфа.**
- ü **Оставь один день перед экзаменом** на то, чтобы еще раз отработать трудные темы.
- ü **Опробуй себя** в рамках тестов из нескольких источников. Тренировки ознакомят тебя с конструкцией тестовых заданий у разных авторов, что прибавит тебе уверенности в себе.

Накануне экзаменов.

- ü Некоторые думают, что для того, чтобы окончательно подготовиться к предстоящему экзамену, нужна лишь еще одна «последняя» ночь. Это ошибочно! Ты уже устал и не надо себя переутомлять. С вечера перестань готовиться, прими душ, соверши прогулку. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением своего здоровья, силы, «боевого настроения». Ведь экзамен – это своеобразная борьба, в которой нужно проявить себя, показать свои возможности и способности. Это верно для любой формы организации экзаменов, а для тестовой – особенно!