

ГИА – это первое серьёзное испытание в твоей жизни, но не последнее, поэтому подготовку к нему нельзя откладывать на последние дни, но и впадать в панику не следует. Чтобы получить на экзамене высокий балл, нужно выработать свою стратегию и строго ей следовать.

ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ

Сначала подготовь место для занятий: убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные вещи, пособия, тетради, карандаши. Можно ввести в интерьер комнаты жёлтый и фиолетовый цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность (это может быть картинка в таких 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, необходимо чётко определить, что сегодня ты будешь повторять (какие именно разделы и темы) Начни с самого трудного, с того раздела, который знаешь хуже всего, но если тебе трудно начать, то повтори материал, который тебе интересен и приятен. Постепенно ты войдёшь в рабочий ритм, и дело пойдёт.

Чередуй занятия и отдых (40 минут занятий, затем 10 минут перерыв), умственный труд и физический. Старайся больше пользоваться таблицами, схемами, где материал структурирован. Старайся как можно чаще использовать проверку своих знаний в тестовой форме.

Помни, что тестовые задания могут быть разного типа: выбор правильного ответа, верно или неверно, закончите предложение, заполните пробелы, с использованием рисунков, графиков, диаграмм, восстановите последовательность и т.п.

Попробуйте решить пробный вариант экзамена на время. Вы сможете увидеть свои слабые стороны, рассчитать время, необходимое на выполнение каждой части задания. Фиксируйте свой результат, пытайтесь его улучшить. Попробуйте свои силы в он-лайн тестировании. Помни, чем больше тестов ты решишь, тем увереннее будешь чувствовать себя на экзамене.

Готовясь к экзаменам, мысленно рисуйте себе картину триумфа. Никогда не думай о том, что не справишься с заданием.

Оставьте один день перед экзаменом на то, чтобы еще раз повторить самые трудные задания

Накануне экзамена:

Многие считают: для того, чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это неправильно. Вы устали, и не надо себя переутомлять. Напротив, с вечера совершите прогулку, перед сном примите душ. Выспитесь как можно лучше, чтобы встать с ощущением «боевого» настроя.

В школу для сдачи экзамена Вы должны явиться, не опаздывая, лучше за 15-20 минут до начала тестирования. Если на улице холодно, не забудьте тепло одеться.

Перед началом тестирования.

В начале тестирования Вам сообщат необходимую информацию (как заполнять бланк, какими буквами писать, как кодировать номер школы и т.д.). Будьте внимательны!!! От того, как Вы внимательно запомните все эти правила, зависит правильность Ваших ответов!

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ЭКЗАМЕНА

Помни, что могут возникнуть следующие проблемы: волнение, нервозность, страх, антипатия, нехватка времени. Не дай им победить себя! Не может быть, чтобы ты абсолютно ничего не знал! Просто не бывает такого! Начиная работу с вопроса, на который знаешь ответ. Это поможет почувствовать уверенность в себе, при работе над хорошо знакомым вопросом у тебя подсознательно будут припоминаться ответы на остальные вопросы. Помните, что самое первое состояние, с которым сталкивается экзаменуемый, это состояние, что вы вообще ничего не знаете. Но, как только вы возьмётесь за работу, у вас в памяти начнут, как бы всплывать ответы.

Используй ассоциации. Представив в памяти обстановку, в которой ты готовился и учил материал, ты сможешь припомнить и сам материал, необходимый для ответа на задание. Это может быть и припоминание определённого урока, и того, что вам говорил учитель, и ответы других учеников, и схемы, рисунки.

Будь сосредоточен во время тестирования. Слушай внимательно, чтобы не отвлекаться в дальнейшем и не задавать лишних вопросов об оформлении тестирования. Пробеги глазами по всему тексту, чтобы увидеть какого типа задания в нём содержатся, это поможет настроиться на работу.

Торопись не спеша. Читай задания до конца. Спешка не должна приводить к тому, что ты поймешь задание по первым словам, а концовку придумаешь сам. Если не знаешь ответа на вопрос, или не уверен, пропусти его и отметь, чтобы потом к нему вернуться. Действуй методом исключения. Последовательно исключай те ответы, которые явно не подходят.

Стремись выполнить все задания, но помни, что для хорошей отметки достаточно одолеть 70 % заданий. Оставь время для проверки своей работы хотя бы для того, чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки.

Если не уверены в выборе ответа, доверьтесь интуиции!

Самое главное – верь в себя! Удачи на экзамене!