

Во время экзамена:

Исключай! Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание всего на одном-двух вариантах, а не на всех пяти-семи .

Проверь! Оставь время для проверки своей работы.

Угадывай! Если ты не уверен в выборе ответа, но интуитивно можешь предпочесть какой-то ответ другим, то интуиции следует доверять!

Не огорчайся! Стремись выполнить все задания, но помни, что на практике это нереально. Учитывай, что тестовые задания рассчитаны на максимальный уровень трудности, и количество решенных тобой заданий вполне может оказаться достаточным для хорошей оценки.

Удачи тебе!

Полезные сайты:

<http://www.ege.ru/>
<http://ege.edu22.info/>
<http://www.fipi.ru/>
<http://gia.edu.ru/>

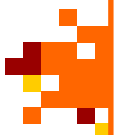


МБОУ СОШ № 1 им. Ляпидевского
ст. Старощербиновская



Психологическая подготовка к ГИА. Советы выпускникам





Подготовка к экзаменам:

- Создай дома комфортную обстановку для занятий.
- Составь план занятий, в котором четко определи, что ты будешь изучать именно сегодня.
- Начинай подготовку с того, что тебе наиболее интересно.
- Чередуй занятия и отдых: 40 минут занятий, затем 10 минут – перерыв.
- Выполнение большого количества опубликованных тестов по предмету ознакомят тебя с конструкциями тестируемых заданий.
- Никогда не думай о том, что не справишься с заданием.
- Оставь один день перед экзаменом на то, чтобы еще раз повторить самые трудные вопросы.

Накануне экзамена:

С вечера соверши прогулку.
Выспись как можно лучше.



Перед началом экзамена:

В начале тестирования тебе сообщат необходимую информацию (как заполнять бланк, какими буквами писать, как кодировать номер школы и т.д.). Будь внимателен!!! От того, как ты внимательно запомнишь все эти правила, зависит правильность твоих ответов!



Во время экзамена:

Сосредоточься! После заполнения бланков постарайся сосредоточиться и забыть про окружающих.
Торопись не спеши! Жесткие рамки времени не должны влиять на качество твоих ответов.
Начни с легкого! Начни отвечать на те вопросы, в знании которых ты не сомневаешься. Тогда ты успокоишься, голова начнет работать более ясно и четко, и ты войдешь в рабочий ритм.
Пропускай трудные или непонятные задания. Помни: в тексте всегда найдутся такие вопросы, с которыми ты обязательно справишься.
Читай задания до конца!
Думай только о текущем задании, которое ты выполняешь в данный момент!