



***Удачный ЕГЭ***

***в три этапа***

Рекомендации для учащихся

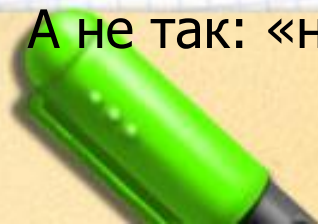
Подготовила: И.А.Короткова,  
педагог-организатор ГБОУ СОШ №2049



## Этап № I:

# ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ

- 1. Подготовь рабочее место:** убери со стола все лишнее, оставь лишь нужные учебные материалы (пособия, учебники, тетради и т.п.), разложи их поудобнее.
- 2. Для повышения интеллектуальной активности,** добавь в интерьер комнаты какую-нибудь деталь с фиолетовым или желтым цветом. Например, картинку в этих тонах.
- 3. Составь план:** Сначала определи, кто ты – «жаворонок» или «сова»? Это поможет максимально использовать время – утренние или вечерние часы. При составлении плана, важно четко определить, что именно будешь делать сегодня. Конкретно указать, какие темы и разделы я сегодня рассмотрю и повторю!!! А не так: «немножко позанимаюсь...»!



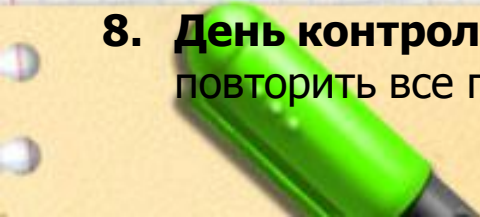




## Этап № I:

# ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ

- 4. Начинай с трудного:** Лучше начинай с самого сложного раздела, который знаешь хуже всего. Но уж если дело совсем не клеится, трудно «раскачаться», можно начать с того материала, который тебе больше по душе, более интересен и приятен. Возможно, постепенно войдешь в рабочий ритм, увлечешься, и дело пойдет!
- 5. Не забывай отдыхать:** обязательно чередуй занятия и отдых, как в школе, 40 минут занятий, потом 10 минут – перерыв (сделай зарядку, прими душ, помоги маме – помой посуду 😊).
- 6. «Не зубри» учебник:** не надо стремиться запомнить весь учебник, структурируй материал – составляй планы, таблицы, схемы, причем на бумаге, а не в голове! Планы, схемы полезны и потому, что их легко использовать при кратком повторе материала.
- 7. Только УСПЕХ:** готовясь к экзамену, никогда не думай о том, что не справишься с заданием, напротив, мысленно рисуй себе картину триумфа.
- 8. День контроля:** один день перед экзаменом оставь на то, чтобы вновь повторить все планы ответов, еще раз остановиться на самых трудных вопросах.







## Этап № II: **НАКАНУНЕ ЭКЗАМЕНА**

- 1. Последнюю ночь СПИМ:** Ошибочно думать, мол, в эту самую последнюю ночь я все и запомню. НЕТ! Ты уже устал, и не надо себя переутомлять. Еще с вечера перестань готовиться, прими душ, погуляй. 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.
- 2. Не проспи экзамен:** в школу перед экзаменом следует прийти заранее, лучше минут за 30 до его начала. На всякий «пожарный» возьми с собой несколько шариков ручек с синими чернилами.

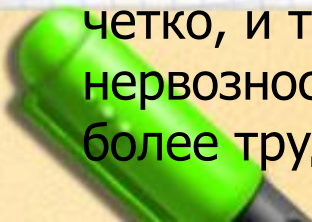






## Этап № III: **Во время экзамена**

- 1. Будь внимателен:** вначале вам сообщат необходимую информацию (как подписать тетрадь, сколько времени и на что отводится и т.д.).
- 2. Сосредоточься!** Постарайся на время забыть про окружающих. Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время экзамена. Торопись не спеши! Жесткие рамки времени не должны влиять на качество твоей работы.
- 3. Начни с легкого!** Начинай с решения тех задач (ответа на те вопросы), в задании которых ты не сомневаешься, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты успокоишься, голова начнет работать более ясно и четко, и ты войдешь в рабочий ритм. Ты как бы освободишься от нервозности, и вся твоя энергия потом будет направлена на более трудные вопросы.

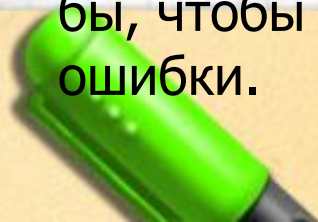






## Этап № III: **Во время экзамена**

- 4. Читай вопросы и задания до конца!** Спешка не должна приводить к тому, что ты стараешься понять условия задачи «по первым словам» и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых легких задачах.
- 5. Запланируй два круга!** Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведенного времени пройтись по легким вопросам (задачам) – «первый круг», а потом спокойно вернуться и подумать над трудными, которые тебе вначале пришлось пропустить – «второй круг».
- 6. Проверь!** Оставь время для проверки своей работы, хотя бы, чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки.





## Этап № III: **Во время экзамена**

- 7. Угадывай!** Если ты не уверен в выборе ответа, но интуитивно можешь предпочесть какой-то ответ другим, то интуиции следует доверять! При этом выбирай такой вариант, который, на твой взгляд, имеет бóльшую вероятность.
- 8. Не паникуй!** Самое главное – успокоиться и сосредоточиться, и тогда успех не заставит себя ждать!

