**Уважаемые девятиклассники!**

**Рекомендации при подготовке к экзаменам:**

**1.** Придерживайтесь основного правила: «Не теряй времени зря». Перед началом подготовки к экзаменам необходимо просмотреть весь материал и отложить тот, что хорошо знаком, а начинать учить незнакомый, новый.  
**2.** Используйте время, отведенное на подготовку, как можно эффективнее. Новый и сложный материал учите в то время суток, когда хорошо думается, то есть высока работоспособность. Обычно это утренние часы после хорошего отдыха.  
**3.** Подготовить место для занятий: убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши. 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.  
**4.**Начинай готовиться к экзаменам заранее, понемногу, по частям, сохраняя спокойствие. Состав план на каждый день подготовки, необходимо четко определить, что именно сегодня будет изучаться. А также необходимо определить время занятий с учетом ритмов организма.  
**5.** К трудно запоминаемому материалу необходимо возвращаться несколько раз, просматривать его в течение нескольких минут вечером, а затем еще раз - утром.  
**6.** Очень полезно составлять планы конкретных тем и держать их в уме, а не зазубривать всю тему полностью «от» и «до». Можно также практиковать написание вопросов в виде краткого, тезисного изложения материала.  
**7.**Заучиваемый материал лучше разбить на смысловые куски, стараясь, чтобы их количество не превышало семи. Смысловые куски материала необходимо укрупнять и обобщать, выражая главную мысль одной фразой. Текст можно сильно сократить, представив его в виде схемы типа «звезды», «дерева» и т.п. При этом восприятие и качество запоминания значительно улучшаются за счет большей образности записи.  
**8.**Пересказ текста своими словами приводит к лучшему его запоминанию, чем многократное чтение, поскольку это активная, организованная целью умственная работа. Вообще говоря, любая аналитическая работа с текстом приводит к его лучшему запоминанию. Это может быть перекомпоновка материала, нахождение парадоксальных формулировок для него, привлечение контрастного фона или материала.  
**9.** Всегда, а во время подготовки к экзаменам особенно, заботьтесь о своем здоровье. В это время нужно хорошо и вовремя питаться. Не забывайте о прогулках и спортивных развлечениях, делайте перерывы, активно отвлекайтесь. Хорошо отдыхайте - сон вам необходим. Ни в коем случае не засиживайтесь допоздна перед экзаменом!  
**10.** Ежедневно выпопняйте упражнения, которые способствуют снятию внутреннего напряжения, усталости, достижению расслабления.  
  
**Советы выпускникам**  
Подготовка к экзамену  
**1.**Подготовь место для занятий;  
**2.** Введи в интерьер комнаты жёлтый и фиолетовый цвета;  
**3.** Составь план занятий. Для начала определи: кто ты - «сова» или «жаворонок», и в зависимости от этого максимально используй утренние или вечерние часы;  
**4.** Начни с самого трудного раздела, с того материала, который знаешь хуже всего;  
**5.** Чередуй занятия и отдых: 40 минут занятий, затем 10 минут- перерыв;  
**6.** Выполняй как можно больше различных тестов по предмету.  
**7.** Тренируйся с секундомером в руках, засекай время выполнения тестов;  
**8.**Готовясь к экзаменам, мысленно рисуй себе картину победы, успеха;  
**9.**Оставь один день перед экзаменом на то, чтобы ещё раз повторить самые трудные вопросы.  
  
**Накануне экзамена**  
Многие считают: для того чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это неправильно. Ты устал, и не надо себя переутомлять. Напротив, с вечера перестань готовиться, прими душ, соверши прогулку. Выспись как можно лучше, чтобы встать с ощущением бодрости, боевого настроя.  
В пункт сдачи экзамена ты должен явиться, не опаздывая, лучше за 15-20 минут до начала тестирования. При себе нужно иметь пропуск, паспорт и несколько (про запас) гелевых или капиллярных ручек с черными чернилами.  
Если на улице холодно, не забудь тепло одеться, ведь ты будешь сидеть на экзамене 3 часа.  
  
http://latschool.edusite.ru/images/p68_i-10-.jpg**Перед началом тестирования**  
В начале тестирования тебе сообщат необходимую информацию (как заполнять бланк, какими буквами писать, как кодировать номер школы и т.д).  
Будь внимателен! Оттого, как ты запомнишь все эти правила, зависит правильность твоих ответов!  
http://latschool.edusite.ru/images/p68_i-10-.jpg  
**Во время тестирования**  
**1.** Пробеги глазами весь тест, чтобы увидеть, какого типа задания в нём содержатся.  
**2.**Внимательно прочитай вопрос до конца, чтобы правильно понять его смысл.