

## **СОВЕТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ВЫПУСКНЫМ ЭКЗАМЕНАМ**

1. Готовясь к экзаменам, помни, что всё, к чему ты прилагаешь усилия, ты делаешь для себя.
2. Старайся работать за своим письменным столом, это дисциплинирует, не позволяет расслабляться.
3. Через каждый час работы делай перерыв.
4. Намечай план работы на день и старайся его обязательно выполнить.
5. Старайся проговаривать трудные вопросы вслух, можешь привлечь в качестве собеседника зеркало.
6. Если родители не против после рабочего дня тебя послушать, рассказывай им то, что ты выучил в течение рабочего дня.
7. Для лучшего запоминания учебного материала рисуй схемы, пиши шпаргалки, конспекты. Это поможет тебе на экзамене вспомнить изученный тобой материал.
8. Используй для выполнения схем цветные карандаши, фломастеры. Яркие цвета, используемые в конспекте, легче вспоминаются.
9. Трудные даты для запоминания напиши на небольших листочках и развесь в своей комнате или по квартире. Проходя мимо них по несколько раз в день, ты сам не заметишь, как они останутся в твоей памяти.
10. Обязательно посещай консультации, готовь к ним вопросы учителю по существу.
11. Во время консультаций по подготовке к экзаменам не стесняйся задавать учителю вопросы, если тебе что-то непонятно. Консультация - это твоё время и твоё право задавать вопросы. Экзамен - это право учителя задавать тебе вопросы.
12. Экзамен - это первое твоё испытание. Постарайся оставить о себе хорошее впечатление.
13. Экзамен - это самопрезентация человека. Постарайся выглядеть так, чтобы экзаменаторам было приятно с тобой общаться.
14. Во время экзамена не спеши сразу давать ответ. Подумай, вникни в содержание поставленного вопроса в билете.
15. Строй свой ответ системно, логично, не забывай о важных фактах, связанных с вопросом билета.
16. Если в чём-то сомневаешься, лучше не говори, чтобы не сделать неуместные ошибки.
17. Если ты считаешь, что ты прав, не бойся отстаивать своё мнение, доказывать свою правоту.
18. Если ты не прав, не ищи виноватых в других людях. Постарайся в другой раз быть более серьёзным и ответственным при подготовке к экзаменам.
19. Умей достойно выходить из самого трудного положения.

Удачи и успехов на экзаменах