Психологические рекомендации выпускникам при подготовке к ГИА

Уважаемые выпускники!

Ознакомьтесь с рекомендациями при подготовке к экзаменам, возможно, они помогут Вам рационально организовать свою деятельность.

- ✓ ***Дома следует оборудовать место для занятий (убрать лишние вещи).***
- ✓ ***Составить план подготовки на каждый день, четко определить, что именно сегодня будет изучаться.***
- ✓ ***Если «нет настроения» заниматься, нужно начинать с того материала, который знаете лучше.***
- ✓ ***Через каждые 40-50 минут необходим активный перерыв.***
- ✓ ***Материал полезно структурировать за счет составления планов, схем (обязательно делать это на бумаге, а не в уме).***
- ✓ ***Необходимо избавляться от «похитителей времени» - блуждания по интернету, видеоигр, длительного пребывания в социальных сетях!***

Желаем успеха!