

# Секреты успешной сессии



**Экзамен или зачет** – это своеобразная борьба, в которой нужно проявить себя, показать свои возможности и способности.

Для успешной сдачи сессии предлагаю воспользоваться следующими простыми советами:

- ✓ **Первый «совет»** – помни, что чем раньше ты начнешь подготовку к экзаменам, тем лучше. Сначала подготовь свое рабочее место: убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши и т. д.
- ✓ **Второй «совет»** – составь план своих занятий: четко определи, что именно будешь изучать каждый день.
- ✓ **Третий «совет»** – начни с самого трудного, но если тебе трудно «раскачаться», можно начать с того материала, который тебе больше всего интересен и приятен.
- ✓ **Четвертый «совет»** – полезно структурировать материал при помощи составления планов, схем, причем желательно на бумаге. Не стоит учить наизусть весь учебник.
- ✓ **Пятый «совет»** – разумно чередуй занятия и отдых, питание, нормальный сон, пребывание на свежем воздухе.
- ✓ **Шестой «совет»** – толково используй консультации преподавателя. Приходи на них, солидно поработав дома и с заготовленными конкретными вопросами.
- ✓ **Седьмой «совет»** – готовясь к экзаменам, мысленно рисуй себе картину триумфа.
- ✓ **Восьмой «совет»** – оставь один день перед экзаменом на то, чтобы вновь повторить все планы ответов, еще раз остановиться на самых трудных вопросах.
- ✓ **Девятый «совет»** – вечером накануне экзамена перестань готовиться, прими душ, соверши прогулку, выпись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением силы и «боевого» настроения.

***Успеха и отличных результатов!***