

**УВАЖАЕМЫЙ ВЫПУСКНИК!
НАКАНУНЕ ЭКЗАМЕНА ПОДГОТОВЛЕННЫМ
БУДЕШЬ, ЕСЛИ 9 ШАГОВ ЭТИ ТЫ НЕ ЗАБУДЕШЬ!**



ШАГ 1.
Начинай учить с самого трудного раздела или с того, который кажется интересным.



ШАГ 2.
Тренируйся с секундомером в руках, засекай время выполнения тестов. Делай перерывы (10-20 минут) каждые 40 минут.



ШАГ 3.
Гуляй на свежем воздухе, ходи пешком.



ШАГ 4.
Не занимайся «до потери сознания» (лучше учи частями и повторяй выученное вечером).



ШАГ 5.
Непосредственно перед экзаменом «зубрежку» лучше не повторять.



ШАГ 6.
Хорошо выспись перед экзаменом.



ШАГ 7.
Утром, перед экзаменом плотно позавтракай и возьми с собой шоколад и воду.



ШАГ 8.
Проверь, взял ли ты все необходимое с собой (паспорт, ручку и т.д.). Не спешь по дороге на экзамен (спешка – это отрицательное возбуждение).



ШАГ 9.
Перед экзаменом не употребляй успокоительные средства (эффект в такой напряженной ситуации может оказаться прямо противоположным ожидаемому).



НИ ПУХА ВАМ, НИ ПЕРА!