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

ШАГ 1. Начни 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 учить частями и повторять выученное вечером).

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

ШАГ 6. Хорошо выпьись 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 спешни 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!