



Экзамены приходится сдавать хоть и не часто, но это всегда трудоемкий и нервный процесс. Как же правильно организовать свое учебное время?

Допустим, до экзамена осталось два дня (сегодня и завтра). В это время абитуриент (студент) должен задать себе три следующих вопроса:

- **Что учить?** (Какой предмет, материал, вопросы, ответы, книги, учебники, умные знакомые, телевизор, Интернет, иные носители информации).
- **Как учить?** (Зубрежка, репетитор, мнемоника, учебники под подушкой, чтение).
- **А надо ли учить?** (А может, повезет? Или вдруг я все знаю? Или есть классная шпаргалка?).

Что учить?

Прежде чем что-то учить, надо определиться с теми источниками, которые вы используете. Обычно информации либо слишком много, либо слишком мало. Середина бывает редко.

В первом случае необходимо из множества учебников выбрать один-два (если это, например, история. Стоит взять школьные учебники и краткий курс истории, написанный преподавателями того вуза, в который поступаешь). Если есть возможность использовать видео-аудио материалы, сделайте это, потому что они лучше запоминаются.

Если это физика или математика, лучше обратить внимание на формулы. Если формула слишком длинная или труднозапоминаемая, обратите внимание на составляющие, которые ее образуют, и их расшифровку. Если формулу вам еще сможет подсказать сосед справа, то объяснять преподавателю будете вы сами.

Репетитор - это конечно, хорошо, но отличается он тем, что стоит денег. Но если денег нет, это тоже не конец света. Да, надо сесть и постараться разобраться во всем самому. К репетитору, к знакомому преподавателю лучше приходить с конкретным вопросом или с конкретной темой, которая непонятна. Этим вы сэкономите и свое и его время. Интернетом при подготовке лучше пользоваться, когда знаешь, что ищешь, иначе процесс поиска информации займет больше времени, чем ее усвоение.

Знающие или сдававшие ваш предмет друзья или знакомые будут полезны только в том случае, если они хорошо знают материал, и вы знаете, что вам надо у них узнать. Кроме того, далеко не каждый человек обладает способностью нормально что-либо объяснять. Если данным критериям вы и ваши знакомые не соответствуете, напрасно потеряете время. Примите к сведению.

Как учить?

Это тоже серьезный вопрос. Собираетесь ли Вы с головой уйти в учебу, сидеть в библиотеке или берете конспект «почитать в транспорте» - эффективность будет разная.

Что можно сделать в условиях ограниченного времени?

Важный момент - заставить себя заняться делом. Перед экзаменом хочется делать все что угодно, лишь бы к нему не готовиться. В это время можно припомнить давно забытые и отложенные дела, вспомнить, что давно не звонил тому-то, можно отвлечься под предлогом, что пора бы и перекусить, можно проявить себя примерным сыном (дочерью) и выполнить какое-нибудь родительское поручение (съездить на рынок, починить полку, подмести пол и т.д.) - в общем, делать все что угодно, лишь бы отдалить момент, когда придется сидеть с книжкой или тетрадкой и готовиться.

Надо сделать над собой усилие. Это важно и нужно. Но не следует впадать в крайность. Если Вы обложитесь учебниками, отключите телефон и забаррикадируетесь в своей комнате, вряд ли эффективность от такой подготовки будет высокой. Лучше всего разбить материал на части (например, по одному билету) или установить для себя время, скажем, один час. Например, разобрали тему одного билета или позанимались час - сделайте передышку.

Не стоит готовиться к экзамену вместе с другом или подругой (если только он или она не разбирается в материале лучше вас). Такая подготовка чаще всего оборачивается долгими разговорами и пустой тратой времени.

Еще один важный вопрос: а как запомнить?

На сей счет существуют разные мнения. Некоторые предпочитают зубрежку. Но самым удачным способом запоминания считается мнемотехника (мнемоника). Что это такое? Вещь это достаточно комплексная, включающая, в частности, запоминание ассоциациями.

Надо запомнить дату - попробуйте вспомнить, что эта дата значит для вас лично. Может, это день рождения тети? А может, в этот день вы впервые что-то сделали или куда-нибудь съездили? Или вдруг эта дата напоминает чей-то телефон? Только не надо специально выискивать семейные праздники. А то на экзамене вам придется вспоминать еще и их.

Надо запомнить формулу? Посмотрите на нее под другим углом. Попробуйте прочитать ее, как слово. Сопоставьте каждой букве в формуле какое-нибудь слово и составьте смешное предложение, которое «застрянет» в голове.

Очень удобно запоминать какие-либо определения, явления, события, сведя их к тому, что вы уже знаете. Заучиваете вы какое-то длинное определение - попробуйте его упростить. Важно понять суть определения, а не заучивать его. Редко кто из преподавателей принимает в штыки ваше объяснение определения своими словами вместо заученного варианта. Наоборот. Если вы можете пересказать определение

своими словами, то вы его понимаете. А значит, и понимаете материал.

У разных людей развиты разные виды памяти: зрительная, слуховая, моторная. Людям с развитой зрительной памятью полезнее будет читать материал. Потом вспоминается страница, на которой написана нужная тема. Тому, у кого развита моторная память, лучше еще раз прописать материал (например, заняться написанием шпаргалок). И так далее.

Если чувствуете, что вы понимаете материал, и можете его объяснить, и еще не устали, продолжайте! Вечером позвольте себе расслабиться - прогуляйтесь, поболтайте по телефону, почитайте детектив, зайдите в гости к другу.

Перед сном можно, если не учить, то хотя бы пролистать пройденные материалы: попытаться, глядя на заголовок, вспомнить общее содержание вопроса (если не получается, просмотрите раздел). Психологи утверждают, что лучше всего запоминается информация, полученная во время засыпания и пробуждения.

Можно писать шпаргалки! Во время написания шпаргалок вы еще раз прорабатываете материал. Но пользоваться ими не стоит. Когда в кармане лежит такая «горящая» бумага, голова работает плохо. Оставили ее дома - голова включается в работу. Так что лучше написать и оставить дома.

А надо ли учить?

Кому-то такой вопрос может показаться глупым. Но все зависит от того, что Вы называете словом «учить». Для многих слово «учить» аналогично слову «зубрить», пусть даже они об этом не думают. Во время подготовки материал надо не учить, а вспоминать. Не сидеть с тетрадкой или учебником, заучивая какую-либо информацию, -

все это уже давалось на уроке, на семинаре... Нужно только «повернуть» в голове определенный выключатель - и заработает весь «механизм»

Конечно, речь не идет об абсолютном варианте: однажды услышал - навсегда запомнил. Нет. Что-то надо и напоминать своей голове. (Это действительно нужно, если, например, не был на уроке). Но очень многое Вы уже знаете, хотя и не догадываетесь об этом.

Что может заменить знание материала?

Все может случиться. Представим себе безрадостную картину - вы всю ночь учили пятый билет, а вам достался тринадцатый, которого у вас не было, который Вы не учили, в котором находятся какие-то совершенно ужасные и бессмысленные утверждения, которые не понимает даже Петя, а он - отличник. Не надо сдаваться. Прежде всего, определитесь, какую оценку Вы первоначально рассчитывали получить - "три", "четыре" или "пять". Чем ниже оценка, тем больше шансов ее получить. Посмотрите на вопрос. Какие ассоциации он у Вас вызывает? Может, Вы что-то отдаленно похожее уже проходили? Даже если по другому предмету. Если это возможно, обратитесь к соседу. Думайте! Информацию Вы узнаете не только на уроке, но и по телевидению, радио, Интернет, разговорам, ответам других студентов, не только из научной, но и художественной литературы (там, где дело касается гуманитарных предметов, например).

В конце концов (крайний вариант), можно попросить у преподавателя разрешение тянуть другой билет. Оценка снизится на балл, но если Вы будете отвечать уверенно и правильно, еще не все потеряно.

В принципе, оценка зависит не только от знаний. Во многом ее определяет настроение преподавателя, внешний вид и поведение абитуриента, впечатление преподавателя о Вас, номер билета и т.д. Главное - не паниковать и сосредоточиться.

Как убедить преподавателя, что знаешь его предмет?

Как уже было замечено, оценка зависит не только от знаний. Существуют еще чисто субъективные причины, которые иногда нам помогают, а иногда и работают против нас. Приведем основные пункты, которые заранее будут зачислены в "плюсы":

- Внешний вид и поведение абитуриента.
- Уверенность и собранность.
- Умение "заговаривать зубы".
- Хорошее настроение преподавателя.

Внешний вид и поведение

Какой бы спортивный стиль вы не предпочитали, на экзамен все же лучше прийти в строгом костюме с пиджаком и стараться сохранять серьезность.

Совсем не обязательно своим внешним видом давать понять экзаменатору, что вы являетесь страстным поклонником того или иного музыкального направления, приверженцем каких-либо экзотических воззрений и т.п.

Есть такая замечательная фраза: «Надо - и полюбил!» Поэтому перед экзаменом желательно влюбиться в тот предмет, который сдаешь. Если вам это удастся, то и без актерских способностей можно изобразить интерес и увлеченность. Для чего это нужно? Чтобы произвести благоприятное впечатление на преподавателя.

Никогда не надо прятаться от экзаменатора! Если вы уйдете на заднюю парту, то заранее произвольно дадите знать преподавателю, что в себе не уверены. Если у вас уже написан ответ на вопросы билета, и вы уже не можете ничего вспомнить, не сидите, дожидаясь пока вас вызовут, а лучше вызовитесь сами. Такая инициатива будет зачислена вам в «плюсы».

Уверенность

Важно сохранять спокойствие и уверенность. Даже если вы один из вопросов не знаете совершенно, начните уверенно с того, который знаете. При достаточной убедительности вашего ответа экзаменатор может ограничиться одним вопросом.

Не принимайте в день экзамена успокоительные средства. Они могут затормозить вашу способность мыслить, сделать вас сонливым и безразличным ко всему происходящему.

Не нужно сомневаться перед разложенными билетами, загадывая, какой же все-таки окажется счастливым. Берите сразу тот, который на вас «смотрит». Иначе срабатывает стереотип: если вы ищете - значит, хотите найти что-то более легкое, то есть не знаете весь материал. Запомните - все билеты одинаковые. Плохие билеты взяли до вас. Если вы тянете билет первым, то плохие билеты взяли еще вчера.

«Заговаривание зубов»

Мастерам этого дела сдавать экзамены будет проще. Настроение экзаменатора. Конечно, оно далеко не всегда безоблачное и благоприятное, но его можно попытаться создать. Для этого, пожалуй, все средства хороши. Какие средства? Купленные цветочки, уместная шутка. Если все это и не вызовет у преподавателя улыбки, ВАМ уже ничто не поможет. Но, главное, всего в меру. Все эти советы, конечно, Вам пригодятся, если Вы будете сдавать устный экзамен. Там же, где существует тестовая система, лучше полагаться на собственные знания, и чем глубже и обширнее они будут, тем больше шансов поступить в вуз.

Амулеты, приметы

Существует множество различных обычаев и примет, которые призваны помогать при

сдаче и подготовке к экзамену. Для несуетливых можно заметить, что такие меры часто дают положительный психологический настрой и дополнительную уверенность. Так что поступайте, как Вам нравится.

Источник: osvita.work.ua