



Те, кто сдавал экзамены в ВУЗе, знают, какое это ответственное и сложное мероприятие. Каждый экзамен является для студентов испытанием - как умственных способностей, так и физических. Подготовка к экзаменам отнимает массу сил и энергии. Стоит ли говорить о вреде таких способов подготовки, когда человек днями и ночами не спит, повторяя или заучивая огромный материал.

Поэтому надо выработать метод эффективной подготовки к экзамену. Но не менее важным является умение вести себя в день и во время экзамена. Сам я себя не считаю мастером сдачи экзаменов, но кое-какой опыт позволяет мне дать Вам несколько практически ценных советов.

Итак, идем на экзамен. В день экзамена лучше приехать в институт пораньше, чтобы посидеть спокойно минут 10-15. Ничего судорожно повторять не надо, все равно уже ничего выучить не сможешь, а вот забить себе голову недоученным и поэтому бесполезным, материалом можно запросто... Что чревато.

Позанимайся немного аутотренингом, чтобы чувствовать себя уверенно и не забивать себе голову ненужными страхами перед экзаменами. Никому не показывай свои шпаргалки, подготовь их заранее, лучше всего дома.

Лично я практикую делание маленькой шпаргалки в виде самых сложных формул на ладони - красной ручкой. Для большей уверенности можно сделать "бумажные" шпаргалки (как это описано в статье о шпаргалках), но использовать их все равно не рекомендуется.

Опыт показал, что надежда только на шпаргалки себя не оправдывает, поэтому приходится учить материал. Разумеется, сильно отвлекаться на помощь друзьям не стоит. Есть такие преподаватели, которые выгоняют даже за малейшее нарушение дисциплины. Ну вот вроде и все - придерживайся этих простых советов, и у тебя все будет нормально. Удачи на экзаменах!

Источник: www.x-student.ru