



СОВЕТЫ
ПСИХОЛОГА
ВЫПУСКНИКУ

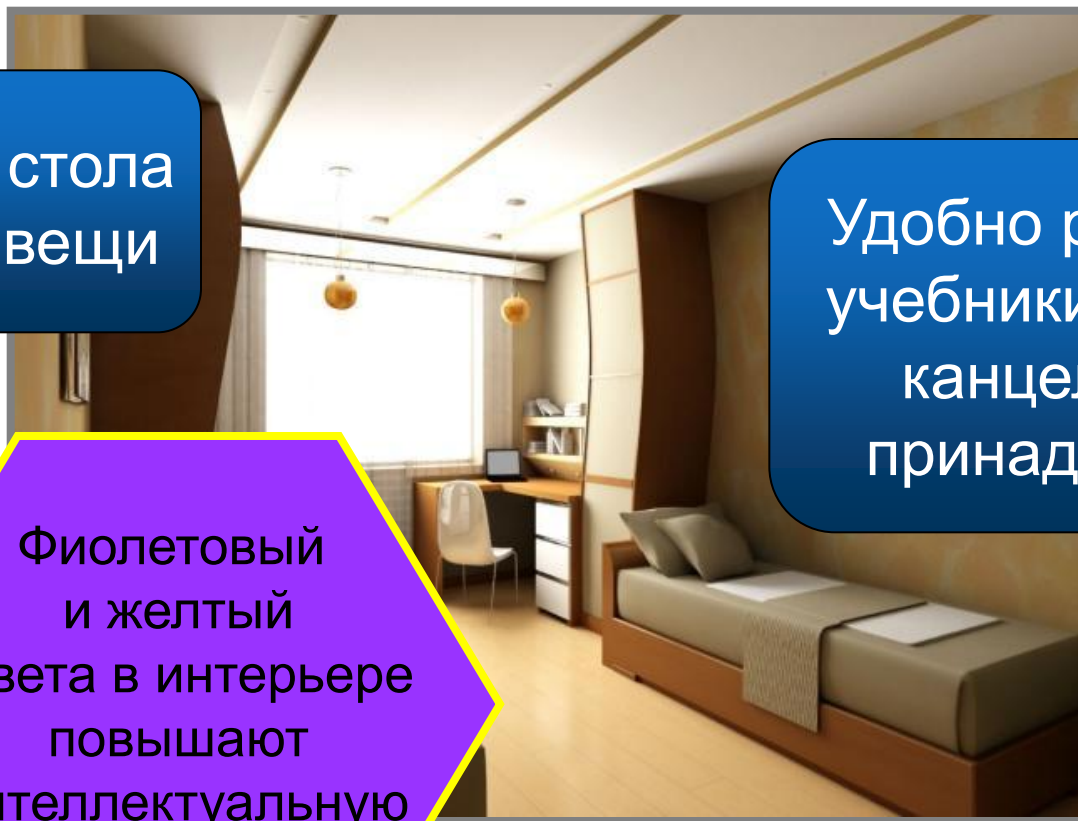


Подготовь место для занятий

Убери со стола
лишние вещи

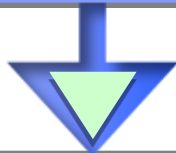
Удобно расположи
учебники, тетради,
канцелярские
принадлежности

Фиолетовый
и желтый
цвета в интерьере
повышают
интеллектуальную
активность



Составьте план занятий

Определи, кто ты:
«сова» или «жаворонок»



Максимально эффективно
планируй время за



На каждый день
должен быть четкий
план
ПОДГОТОВКИ

С чего начать?

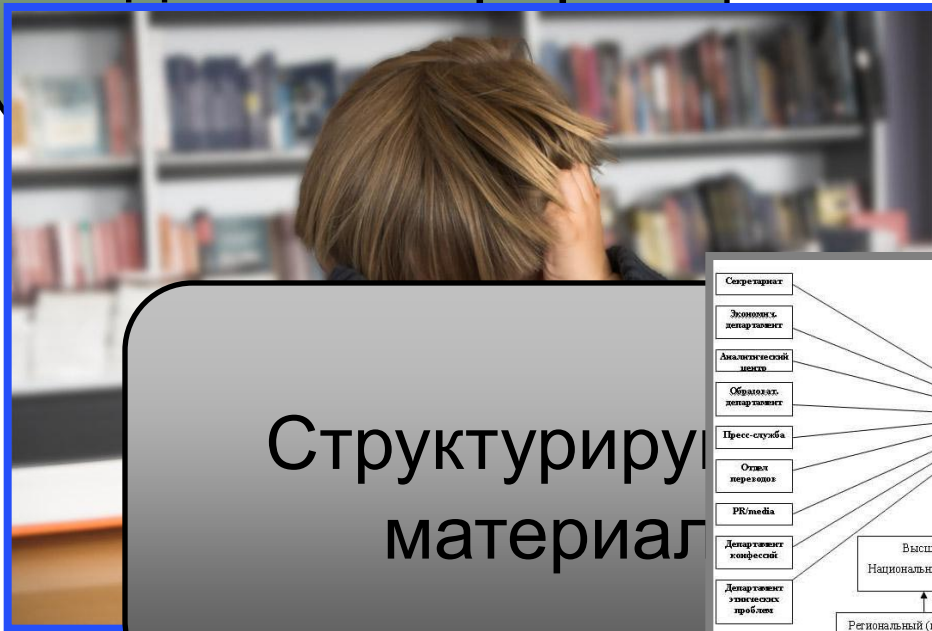
Начни с самого
трудного

Для того, чтобы
раскачаться, начни
с самого интересного

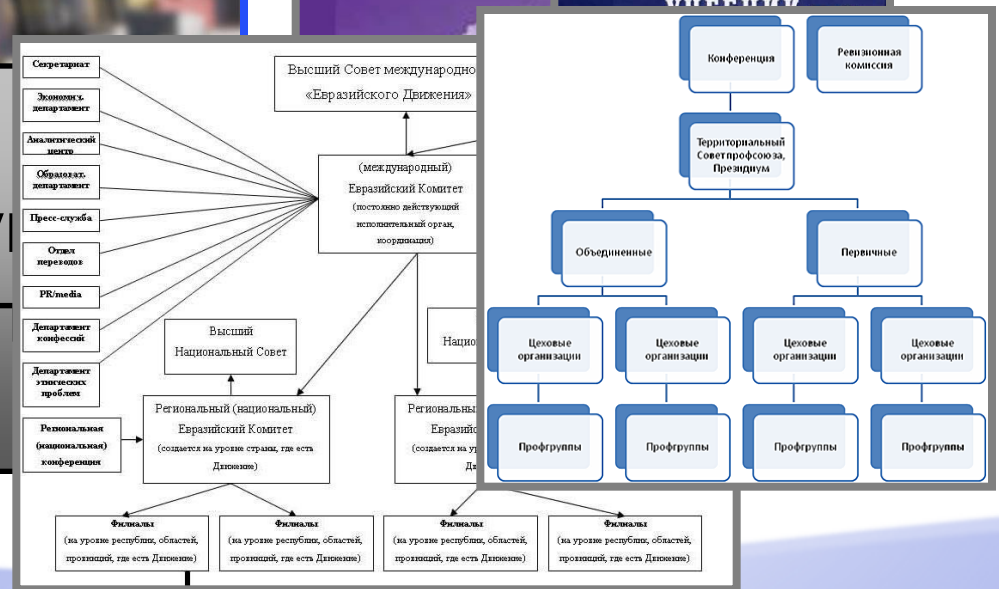
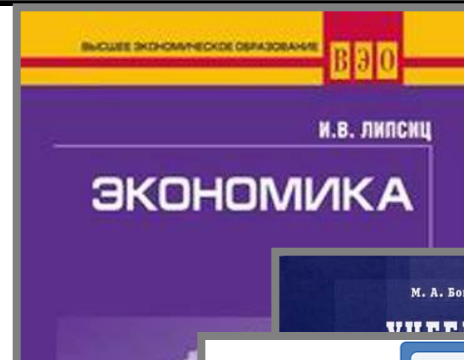
Чередуй занятия
и отдых:

- занятия-40 минут
- отдых-10 перерыв

Не надо стремиться
запомнить
весь учебник



Структуриру
материал



Процесс подготовки

- ✓ **В**ыполняй как можно больше опубликованных тестов
- ✓ **З**асекай время выполнения тестов
- ✓ **Г**отовься и никогда не думай о поражении
- ✓ **О**ставь один день для повторения

Накануне экзамена

Последняя ночь перед
экзаменом – для отдыха



Что взять с собой на экзамен?

Прийти на экзамен
за полчаса
до тестирования

Если холодно,
не забудь тепло
одеться

ПРОПУС



Длительность
экзамена
3 часа

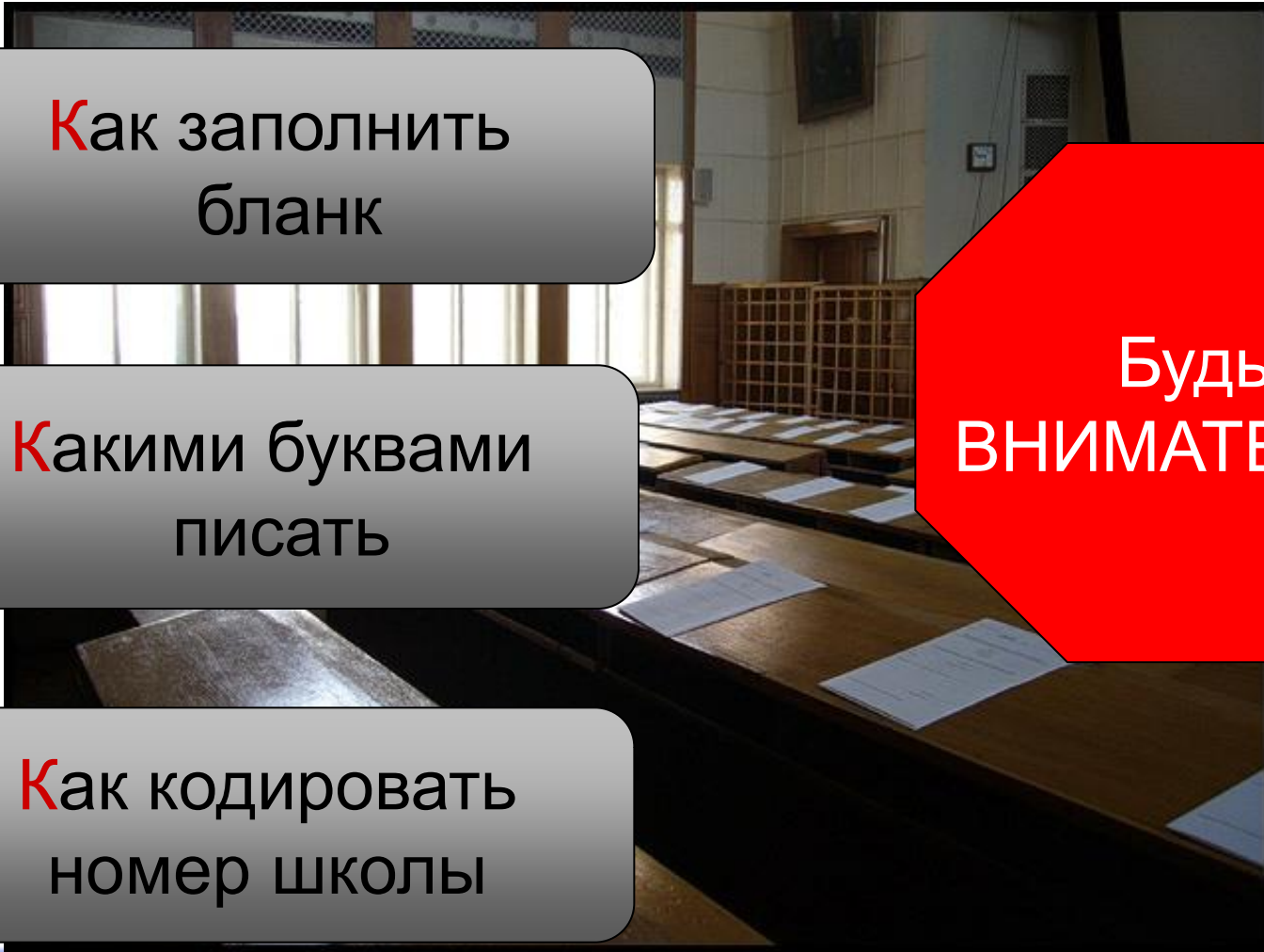
В начале тестирования

Как заполнить
бланк

Какими буквами
писать

Как кодировать
номер школы

Будь
ВНИМАТЕЛЕН!



3. Заполнение бланка ответов

Бланк заполнять
только печатными
буквами

Часть информации
записывается
в кодированной форме

Экзаменационные материалы

А

Выбрать
правильный
ответ из
нескольких
вариантов

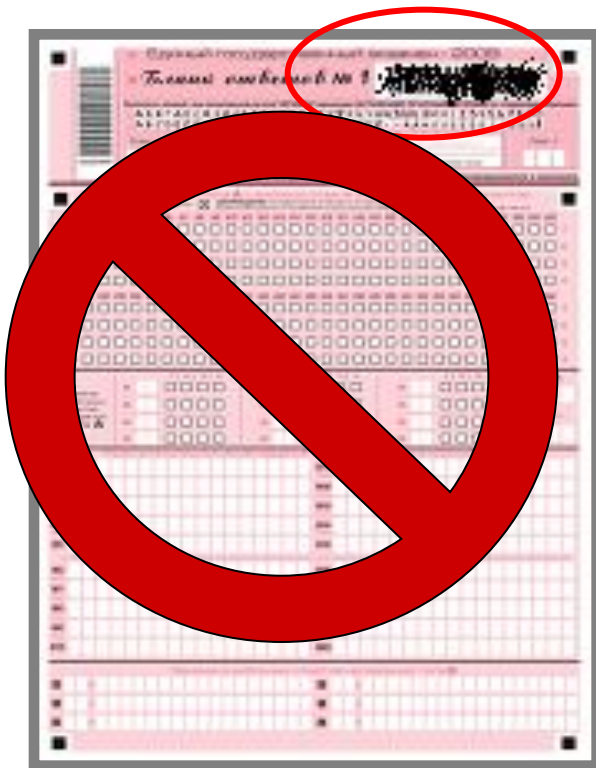
В

Выбрать
одно слово
«Краткие ответы
на задания
без вариантов
ответа для
выбора

С

Развернутый ответ
в виде решения
задачи или
краткого
рассказа

Как вносить исправления



Только задания
типа «А»

Только в резервных
полях:
«Отмена ошибочных
меток»

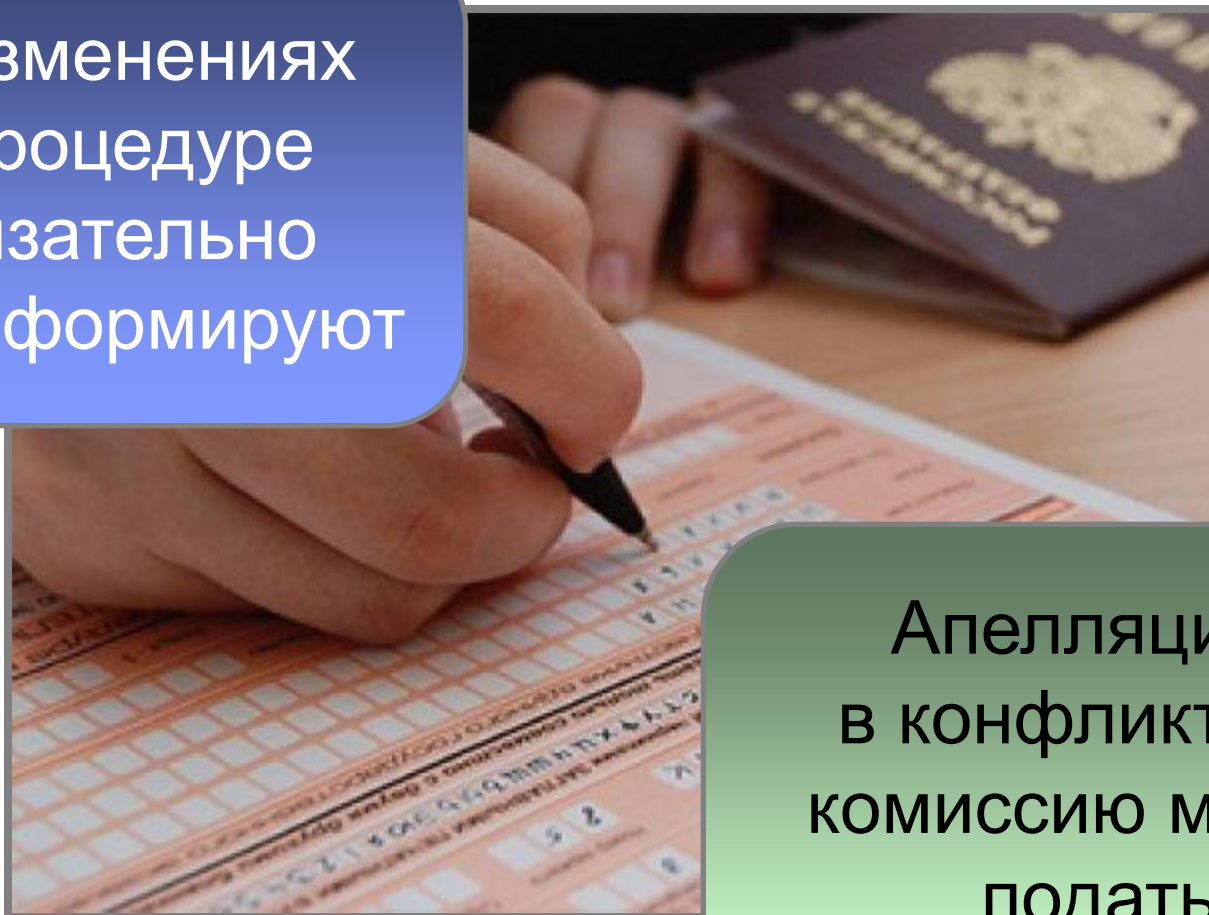
Исправления



ТОЛЬКО
по инструкции
организаторов

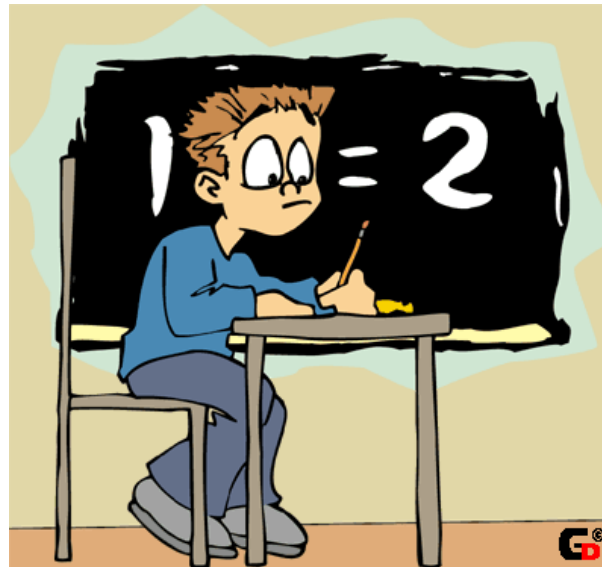
не более 6

Об изменениях
в процедуре
обязательно
проинформируют



Апелляцию
в конфликтную
комиссию можно
подать
в течение 3 дней

Рецепты успешной тактики выполнения тестирования



Состояние равновесия

Сила
убеждения

Ритмическо
е дыхание



Будь внимателен к правилам
заполнения бланков!



Правила поведения на экзамене

✓ Не выкрикивай с места



✓ Если хочешь задать вопрос организатору, подними руку



✓ Вопросы не должны касаться содержания задания

Начни с легкого!

Ответь на вопросы, в которых
не сомневаешься

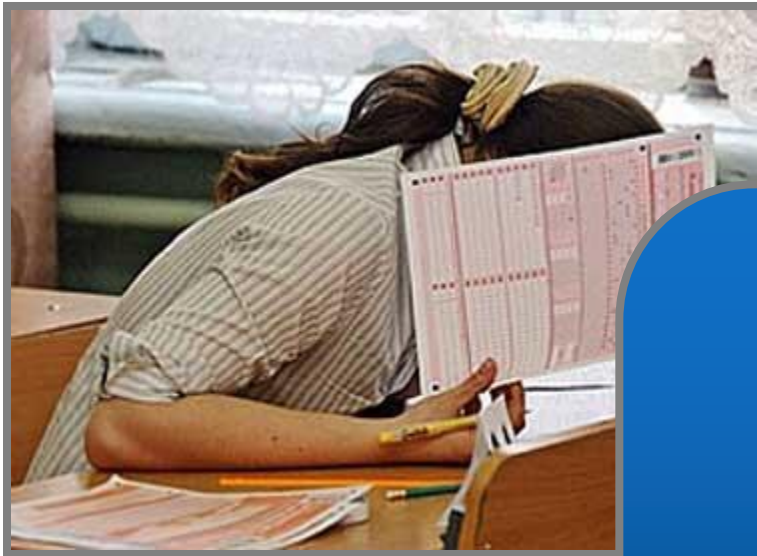


Успокоишься и войдешь в рабочий ритм



Сможешь сосредоточиться на более
серьезных вопросах

Сосредоточься!



После заполнения
бланка и прояснения
непонятных моментов
сосредоточься.
Есть только текст
задания и часы.

Не бойся!

Временные рамки
не должны влиять
на качество ответов

Пропускай!

Научись пропускать сложные
и непонятные вопросы



Для того, чтобы набрать
больше число баллов
следует сначала ответить на
известные тебе вопросы

Читай задание до конца!



«Первым словом»...

-верный способ совершить
досадные ошибки в легких
вопросах.

Исключай!

1

2

3

4



Думай только о текущем задании!

Когда видишь новое задание, забудь всё, что ты видел в предыдущем

Забудь о неудаче в прошлом задании

Каждое новое задание - это шанс набрать баллы

Запланируй два круга!

I круг

2/3 времени
на просмотр всего
теста
и решение доступных
заданий

II круг

Остальное время –
для решения
трудных заданий

Угадывай!

Интуиции следует доверять



Выбирай такой вариант,
который на твой взгляд имеет
большую вероятность

Проверяй!

Оставляй время
для проверки



Не огорчайся!

Стремись
выполнить
все задания

Помни:
на практике
это не всегда
реально

Решенного
количества заданий
может быть
достаточно
для хорошей
оценки

ПОМНИ:

Ты имеешь право подать апелляцию по процедуре проведения экзамена

Ты имеешь право подать апелляцию в конфликтную комиссию в течение **3 дней** после объявления результатов

Заклучение



Удачи тебе!