

Як краще підготуватися до іспитів

1. Приберіть усе зайве і те, що відволікає вашу увагу від безпосередньої мети—підготовки до іспиту. Заховайте від себе книжки, диски, телепрограму, відключіть телефон. Суворо скажіть собі: з 9-ої до 12-ої дня я повинен вивчити стільки-то.
2. Почніть вчити з важких, незрозумілих тем, а легкі залишайте під кінець. Якщо складну тему відкладати на потім, вона висітиме, як дамоклів меч, не даючи вам спокою. В результаті якість запам'ятовування тем, які даються складно, різко знижується, якщо не зводиться до нуля. Виникає це тому, що ви намагаєтесь відкласти неприємний момент.
3. Справжня мати навчання — не повторювання, а використання. Не тримайте знання в собі, як в сейфі. Поділіться ними з дзеркалом, улюбленим собакою, батьками чи друзями. Можете час від часу робити репетицію іспиту: зробіть невеликі картки з номерами білетів, витягайте їх і відповідайте. Відповідайте вдумливо і серйозно, бо добра репетиція, — запорука успішної вистави.
4. Запам'ятовувати матеріал треба осмислено, а не механічно. Не зубріть — це довго і дає ускладнення: варто перехвилюватися, забути хоч одне слово, як текст, вивчений таким способом, зітреться. Краще двічі прочитаний та переказаний, ніж п'ять разів прочитаний без переказу. Встановіть логічну послідовність. Розбийте матеріал на смислові частини та знайдіть в кожній ключову фразу.
5. Чергуйте розумову діяльність з фізичною. Не доводьте себе до повного знесилання й упаду сил дізнанням науки. Не забувайте, що відпочинок теж необхідний. Не заборонена корисна праця на благо сім'ї помийте підлогу, сходіть до магазину.
6. Почніть вчити матеріал зранку, поки «свіжа» голова. Займатися в останню ніч чи добре виспатися — справа індивідуальна. Але, як відомо, перед смертю не надихаєшся, а у людини, яка виспалась, голова працює краще, ніж у того, хто не виспався.