



Организация самоподготовки к централизованному тестированию.

Готовясь к централизованному тестированию, - составь план. Раздели всё оставшееся время на периоды, определив, сколько времени тебе потребуется на каждый предмет. Составь схему каждого предмета, она может выглядеть примерно так:

Русский язык									
Орфография							Синтаксис		
тема №1	тема №2	тема №3	тема №4	тема №5	тема №6	тема №7	тема №1	тема №2	тема №3
тема №8	тема №9	тема №10	тема №11	тема №12	тема №13	тема №14	тема №4	тема №5	тема №6
тема №15	тема №16	тема №17	тема №18	тема №19	тема №20	тема №21	тема №7	тема №8	тема №9
тема №22	тема №23	тема №24	тема №25	тема №26	тема №27	тема №28	тема №10	тема №11	тема №12
тема №29	тема №30	тема №31	тема №32	тема №33	тема №34	тема №35	тема №13	тема №14	тема №15
тема №36	тема №37	тема №38	тема №39	тема №40	тема №41	тема №42	тема №16	тема №17	тема №18

Знаю хорошо

Ориентируюсь, но надо повторить

Правила знаю, но делаю ошибки - тренироваться

Правила не усвоены, делаю много ошибок !!!

Такое структурирование предмета позволит тебе осознать твои сильные и слабые стороны и даст тебе возможность расходовать оставшееся время на подготовку более рационально. Составляй план на каждый день. Это позволит тебе дозировать нагрузку, а также поможет избежать предстартовой паники. Внеси схемы предметов в свой ПК и, по мере повторения перекрашивай усвоенные темы. Тщательно продумай организацию рабочего места для занятий, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши, это всё поможет совершенствовать твой **КОГНИТИВНЫЙ СТИЛЬ** (гармоничную работу внимания, памяти, мышления и воображения).

Начинать работу нужно с самого трудного, с того раздела, который усвоен недостаточно, но если такая стратегия не вызывает у тебя положительных эмоций, то можно начать с того раздела, который тебе более других приятен и интересен, а регулярные и настойчивые занятия помогут тебе войти в рабочий ритм и дело пойдёт.

Полезно повторять материал по вопросам. Прочитав вопрос, вначале вспомни и обязательно кратко запиши все, что ты знаешь по этому разделу, и лишь затем проверь себя по учебнику. Особое внимание обрати на подзаголовки главы или параграфа учебника, на правила и выделенный текст. Проверь правильность дат, основных фактов. Только после этого внимательно, медленно прочти учебник, **выделяя главные мысли**, — это **опорные пункты ответа**. Особую ценность имеет **структурированная информация**, то есть информация, которую ты сам можешь представить в виде планов, графиков, схем, и которую ты можешь компактно разместить на бумаге небольшого формата, (так ваши родители когда-то готовили для себя шпаргалки). Применение шпаргалок на экзаменах и ЦТ недопустимо и нереально, а вот составление маленьких, компактных планов-конспектов, какими, в сущности, и являются шпаргалки исключительно полезно, так как это прекрасно развивает мышление, долговременную память, позволяет выделить квинт-эссенцию, то есть самую



суть каждого изучаемого раздела. Раскладывая планы-конспекты в определённой, логической для тебя последовательности, периодически их рассматривай и запоминай, как они лежат, старайтесь расслабиться и как бы сфотографировать текст.

Планы-конспекты, объединённые одной тематикой помечай, какой-либо общей пиктограммой (смайликом, звёздочкой, и т.д.). Если имеешь возможность - распечатай свои планы-конспекты на цветной бумаге. Каждый предмет – на бумаге определённого цвета. Продолжая работать с информацией, отсекай в планах-конспектах всё лишнее, делая их всё более и более компактными. Всё это будет работать на более эффективное запоминание. В нужный момент, такой написанный тобой лично план-конспект возникнет в твоём воображении с фотографической точностью и поможет успешно справиться с заданием.

В конце каждого дня подготовки следует проверить, как ты усвоил материал: вновь кратко запиши планы всех вопросов, которые были проработаны в этот день. Ответы на наиболее трудные вопросы рекомендуется давать полные, развернутые, рассказать маме, другу — любому, кто может выслушать. Концентрируй внимание на **ключевых** мыслях.

Если в какой-то момент подготовки к тестированию, тебе начинает казаться, что всё это выучить невозможно, и ты никогда не сможешь запомнить все, что требуется, подумай о том, сколько по этому предмету ты уже знаешь, дай себе отчет в том, на какой стадии изучения материала ты находишься и сколько тебе еще предстоит пройти, чтобы освоить весь материал.

Выполняй как можно больше различных опубликованных тестов по предмету, это поможет понять конструкции тестовых заданий. Засекай время, которое уходит на одно задание, так на одно задание в части А в среднем уходит по 2 минуты.

Обязательно решай задачи (по математике, физике, химии), выполняй грамматические разборы предложений, слов (по русскому, белорусскому языкам) — в общем, научись хорошо выполнять практические задания; и не просто выполнять, но и рассказать полностью, вслух, как ты их выполнял, какой был ход твоих действий и рассуждений.

Готовясь к тестированию, никогда не думай о провале, а напротив, мысленно, в красках рисуй себе картину триумфа, представляй себя

в списках, зачисленных в университет студентов. Думай о том, что со всеми вопросами тестирования, которые выпадут, ты успешно справишься, а упорная подготовка, этому хорошее подтверждение!

Накануне тестирования. Оставь один день перед тестированием на то, чтобы повторить все планы-конспекты ответов. Не повторяй материал по порядку, лучше напиши номера на листочках и тяни, как на экзамене. Если материал усвоен хорошо, то можешь не рассказывать. Рассказывай только то, в чем ты чувствуешь затруднение. Накануне ЦТ не следует переутомляться. С вечера перестань готовиться. Прогуляйся. Ложись спать раньше обычного времени, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением здоровья, силы. Ведь тестирование или экзамен — это своеобразная борьба, в которой надо уметь за себя постоять.

Как вести себя на тестировании: Ты должен явиться, не опаздывая, лучше за полчаса до начала тестирования. При себе нужно иметь пропуск, паспорт (не свидетельство о рождении) и несколько (про запас) гелевых или капиллярных ручек с черными чернилами.

1. После получения бланка ответов **точно и аккуратно** заполни область регистрации во избежание ошибок, которые могут существенно затруднить работу операторов и скажутся на твоих результатах.

2. Внимательно ознакомься с инструкцией по выполнению теста.

3. Не отвлекайся на посторонние факторы, помни, самое дорогое на централизованном тестировании — это время.

4. Черновик надо использовать экономно, чтобы хватило бумаги. Все, что можно, вычисляй в уме.

Сосредоточься! После выполнения предварительной части тестирования (заполнения бланков), когда ты прояснил для себя все непонятные моменты, постарайся сосредоточиться и забыть про окружающих. Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время выполнения теста.

Начни с легкого! Начни отвечать на те, вопросы, в знании которых ты не сомневаешься, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты успокоишься, голова начнет работать более ясно и четко, и ты войдешь в рабочий ритм. Ты как бы освободишься от нервозности, и вся твоя энергия *потом* будет направлена на более трудные вопросы.

Пропускай! Надо научиться пропускать трудные или непонятные задания. Помни: в тексте всегда найдутся такие вопросы, с которыми ты обязательно справишься. Просто глупо недобрать очков только потому, что ты не дошел до "своих" заданий, а застрял на тех, которые вызывают у тебя затруднения.

Читай задание до конца! Торопись не спеши! Жесткие рамки времени не должны влиять на качество твоих ответов. Перед тем, как вписать ответ, перечитай вопрос дважды и убедись, что ты правильно понял, что от тебя требуется. Спешка часто приводит к тому, что ты стараешься понять условия задания "по первым словам" и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых легких вопросах.

Думай только о текущем задании! Когда ты видишь новое задание, забудь все, что было в предыдущем. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом, поэтому знания, которые ты применил в одном (уже, допустим, решенном тобой), не помогают, а только мешают сконцентрироваться и правильно решить новое задание. Этот совет дает тебе и другой бесценный психологический эффект - забудь о неудаче в прошлом задании (если оно оказалось тебе не по зубам). Думай только о том, что каждое новое задание - это шанс набрать очки.

Исключай! Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание всего на одном - двух вариантах, а не на всех пяти-семи (что гораздо труднее).

Запланируй три круга! Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведенного времени пройтись по всем легким для тебя заданиям («первый круг»). Тогда ты не упустишь возможность набрать за них максимальное количество баллов, а потом спокойно вернуться и подумать над трудными, которые тебе вначале пришлось пропустить («второй круг»).

Проверь! («третий круг»), то есть оставь время для проверки своей работы, чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки.

Угадывай! Если ты не уверен в выборе ответа, но интуитивно можешь предпочесть какой-то ответ другим, то интуиции следует доверять! При этом выбирай такой вариант, который, на твой взгляд, имеет большую вероятность.

Не огорчайся! Стремись выполнить все задания, но помни, что это не обязательно для хорошего результата, который позволит тебе набрать достаточный или высокий уровень. Учитывай, что тестовые задания рассчитаны на три уровня сложности. И выполнить все задания максимальной трудности в условиях ЦТ практически невозможно, так что количество решенных тобой заданий вполне может оказаться достаточным для поступления в ВУЗ твоей мечты.

**Успехов на
централизованном
тестировании!**





О почерке

Многие учащиеся считают почерк несущественным фактором и намеренно пишут небрежно, создавая трудности для педагогов, проверяющих их тетради. Однако, - психологами и нейрофизиологами установлено, что почерк или стиль письма очень точно отражает стиль мышления человека. Таким образом: небрежный почерк - это небрежное ленивое мышление. Чем быстрее точнее и аккуратнее человек может конспектировать за лектором, тем более четкое и ясное у него мышление. Недаром слово *успех* происходит от понятия *успеть* и главным мериллом учебного труда учащихся является *успеваемость*. Учащийся, который лениво и небрежно возит ручкой в тетради, *не успевает* понять главную мысль урока, а затем дома, выполняя, домашнее задание с трудом может разобрать свой же почерк.

Небрежный почерк может, как ни странно, пагубно отразиться и на результатах ЦТ. Каким образом? Дело в том, что невнятные закорючки, вместо чётких и ясных символов могут быть истолкованы операторами не так, т как думаете вы, то есть, не в вашу пользу. Подавать же апелляцию, доказывать, что и где значили ваши закорючки и загогулины дело весьма неблагоприятное.

Поэтому, дорогие будущие абитуриенты, помните: чистописание и каллиграфию никто не отменял, повторите, пройденное в начальной школе!

Помни о некоторых особенностях запоминания:

- *Трудность запоминания растет непропорционально объему. Большой отрывок учить полезнее, чем короткое изречение.*
- *При одинаковой работе количество запоминаемого тем больше, чем выше степень понимания.*
- *Распределенное заучивание лучше концентрированного. Лучше учить с перерывами, чем подряд, лучше понемногу, чем сразу.*
- *Чем большую часть времени тратим на повторение по памяти, а не простое многократное чтение, тем эффективнее запоминание.*
- *Из двух материалов, большего и меньшего, разумнее начинать с большего.*
- *Во сне человек не запоминает, но и не забывает.*

**ВЫПУСКНИК,
ПОМНИ:**

ученье – свет!



