**Памятка выпускнику (*накануне и во время экзамена)***

***Накануне экзамена***

- Многие считают: для того чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это неправильно. Ты уже устал, и не надо себя переутомлять. Напротив, с вечера перестань готовиться, прими душ, погуляй. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением здоровья, силы, «боевого» настроя. Ведь экзамен – это своеобразная борьба, в которой нужно проявить себя, показать свои возможности и способности.

– В школу перед экзаменом ты должен явиться не опаздывая, лучше за полчаса до его начала.

***Во время экзамена***

 - Сосредоточься! Постарайся забыть об окружающих. Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время экзамена.

-Торопись не спеша! Жесткие рамки времени не должны влиять на качество твоей работы.

 - Начни с легкого! Начни с решения тех задач (ответа на те вопросы), в знании которых ты не вернешься, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты ускоришься, 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.

- Читай вопросы и задания до конца! Спешка не должна приводить к тому, что ты стараешься понять условия задачи «по первым словам» и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых легких задачах.

- Планируй два круга! Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведенного времени пройтись по легким вопросам (задачам) («первый круг»), а потом спокойно вернуться и подумать над трудными, которые тебе вначале пришлось пропустить («второй круг»). - Проверь! Оставь время для проверки своей работы, хотя бы 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 паникуй! Самое главное – успокоиться и сосредоточься, и тогда успех не заставит себя ждать.