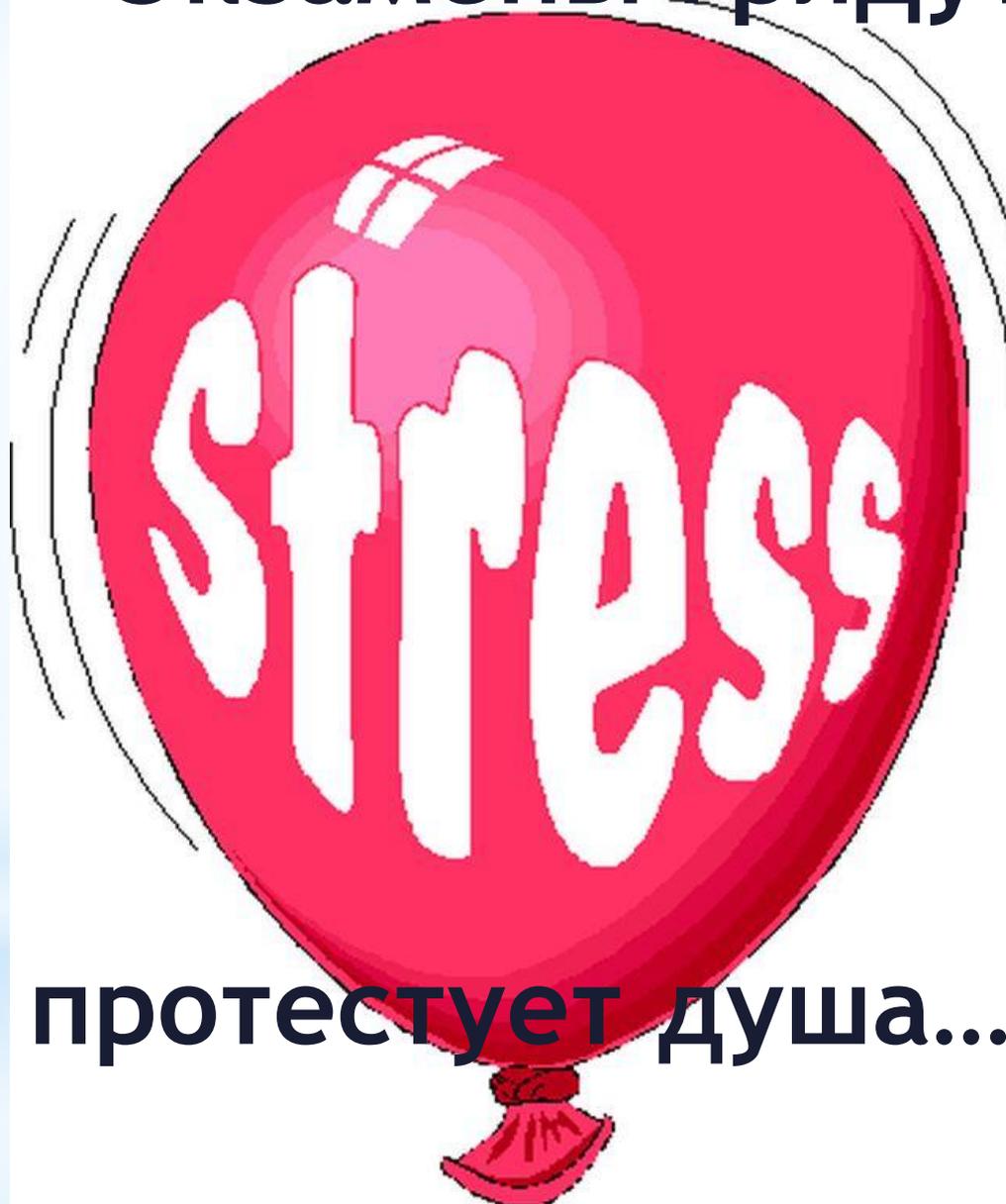


«Экзамены грядут,



и протестует душа...»

Эти слова, написанные в начале XX века московским гимназистом, приятелем будущего Андрея Белого,

актуальны для выпускников и их родителей и сегодня.



Семейная атмосфера выпускника - это главный фактор успешной социально - психологической адаптации в новой социальной ситуации.





**Можно и
нужно
использовать
все способы
запоминания
, а не
ограничиваться
одним.**



**По крайней мере за
день до экзамена
избегайте споров с
родителями,
сверстниками,
одноклассниками.**

**Постарайтесь не сердиться.
Не позволяйте кому бы то ни
было вывести вас из себя.**





**Подходя к зданию школы,
где будет проходить
экзамен, избегайте тех, кто
толпится перед дверью,
спрашивая друг друга: «А
ты разобрался в
материалах..?»», «А как ты
думаешь, будут вопросы
по..?»»**

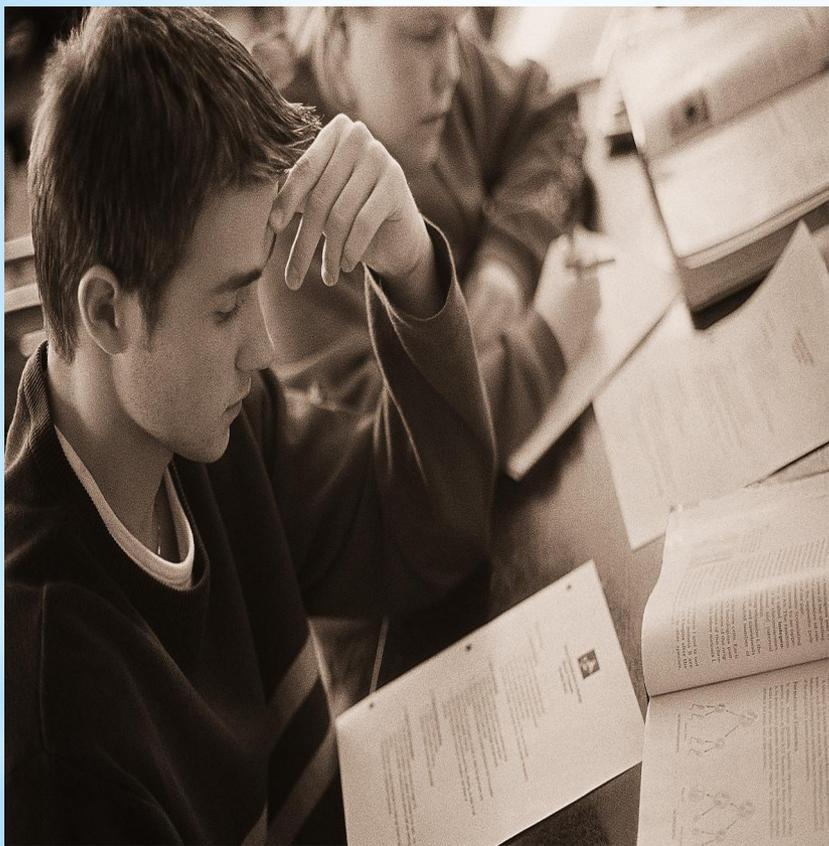
**Если вы примкнёте к
этой группе, у вас почти
наверняка появится
ощущение, что все
вокруг знают больше и
лучше вас.**



**Думайте о том, что
вы можете сделать, а
не о том, чего не
можете.**



**Начинайте
отвечать с
«хороших»
вопросов, т.е. с
тех, в ответах
которых вы
уверены.**



**Оставайтесь на своём
месте до конца
экзамена. Даже в
последний момент
вас может осенить
мысль, которая
принесёт вам один-
два дополнительных
балла.**

STRESS