**ПАМЯТКА.**

**РАЦИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА К ЦТ — ЗАЛОГ УСПЕХА**

*Мало знать, надо и применять.*

*Мало хотеть, надо и делать.*

*И. В.Гете*

Вступительные экзамены — одно из важных и ответственных ис­пытаний в жизни человека.

Очень важно подобрать источники информации, по которым имен­но вам проще и удобнее готовиться. Прежде всего, обратите внимание на программу вступительных испытаний и школьные учебные посо­бия, потому что тестовые задания составляются в строгом соответствии с ними. По ходу изучения создавайте свой собственный кон­спект, включающий важные факты, ключевые слова, таблицы, графи­ки, рисунки и т. д.

Занимайтесь систематизацией знаний. Познать систему — это значит познать ее логику. За два-три месяца до тестирования начинайте так называемую ги­перболу повторений. Суть ее в следующем: каждое следующее повто­рение информации должно отделяться от предыдущего все большим промежутком времени. Повторите материал через 30 минут, затем че­рез день. В следующий раз вернитесь к нему через 2—3 недели. А пе­ред самым экзаменом, через два месяца от начала работы, вы повтори­те материал пятый раз. Именно такое гиперболическое распределение позволяет максимально эффективно запомнить изученное.

Для самоконтроля периодически выполняйте тренировочные те­сты.

После серьезного повторения, а возможно и новой проработки учебного материала, снова приступайте к выполнению тестов. Чем больше тестов вы выполните, тем лучше будет окончательный ре­зультат. В заданиях на установление соответствия сочетание букв и цифр записывайте также без пробелов, соблюдая ал­фавитную последовательность букв левого столбца. В расчетных за­дачах единицы измерения не указывайте. Вся необходимая информа­ция по выполнению теста и порядку записи ответа имеется в инструк­ции к каждому варианту. Приступая к работе, обязательно вниматель­но ознакомьтесь с ней.

Участвуйте в репетиционном тестировании. Это поможет вам ознакомиться с разнообразными кон­струкциями тестовых заданий, содержанием тестов и подготовиться психологически.

И если в какой-то момент результат вашей работы оказался неу­довлетворительным, не думайте: «Я все равно не сдам». Такие мыс­ли не зря называют саморазрушающими. Они не только мешают го­товиться, создавая постоянное напряжение и сумятицу в душе, но и, как ни странно, позволяют вам ничего не делать или делать все спу­стя рукава: «А зачем, если все равно ничего не выйдет?» Помните, что тревожность — естественное состояние человека в сложной ситу­ации, и поэтому его испытывают абсолютно все люди. Часто тревож­ность является полезной: начал волноваться — организм мобилизо­вался и действует активно. Простейший пример: накануне экзамена в голове сплошная «каша», ничего не вспомнить, но стоит взяться за задание, немного успокоиться, как вдруг все становится четким и по­нятным. Однако здесь важен один нюанс:

**в «пустой» голове ничего не всплывет и не родится.**

Удачи!