

Как запомнить большее количество материала?

Составь план работы.

Просыпайся пораньше и посвящай утренние часы учебе. Наиболее благоприятное время для усвоения материала с 7 до 12 часов и с 14 до 17-18, утреннее время лучше использовать на самый сложный материал.

Для лучшего усвоения материала желательно повторить его 4 раза:

Просмотр материала - общая ориентировка;

Выявление основных идей текста и их взаимосвязи;

Повторение наиболее существенных фактов;

Составление плана вопроса и дальнейшее повторение уже по нему.

Изучать материал желательно с самого трудного, с того раздела, который знаете хуже всего.

Обязательно следует чередовать работу и отдых: 40 мин. занятий, 10 мин. - перерыв.

Полезно повторять материал по вопросам. Прочитав вопрос, в начале вспомните, и обязательно кратко запишите все, что вы знаете по этому вопросу.

Ответы на наиболее трудные вопросы полностью и подробно расскажите родителям, друзьям - это поможет лучше усвоить материал, снять стресс.

Ответы на наиболее трудные вопросы полностью и подробно расскажите родителям, друзьям - это поможет лучше усвоить материал, снять стресс.

Пересказывайте материал перед зеркалом. При этом следите за своей позой, мимикой, жестами, голосом. Ваша речь, весь ваш вид должен выражать уверенность в себе и своих знаниях.

Приходите на консультации с собственными конкретными вопросами. Это позволит вам "залатать дыры".

Оставьте один день перед экзаменами на то, чтобы повторить планы ответов.