|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1.  Сосредоточься! Когда ты прояснил все непонятные для себя моменты, постарайся сконцентрироваться и забыть про окружающих. Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время выполнения теста. Торопись не спеша! 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.2. 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 освободишься от волнения, и вся твоя энергия потом будет направлена на более трудные вопросы.3. 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.РодителямСамое главное в ходе подготовки к контрольным работам – это снизить напряжение и тревожность ребенка, а так же обеспечить подходящие условия для занятий.Подбадривайте детей, хвалите их за то, что они делают хорошо, повышайте их уверенность в себе, так как чем больше  | ребёнок боится неудачи, тем больше вероятность допущения ошибок.Любая контрольная работа - это своеобразная борьба, в которой нужно проявить себя, показать свои возможности и способности.4. Читай задание до конца! Спешка не должна приводить к тому, что условия задания будут поняты тобой "по первым словам", а концовка будет достроена в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых легких вопросах.5. 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), как правило, 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 ттебе не по зубам). Думай только о том, что каждое новое задание - это шанс набрать очки.6 .Проверь! Оставь время для проверки своей работы, хотя бы для того, чтобы успеть пробежать ее глазами и заметить явные ошибки.*Успеха и отличных результатов!* |  |