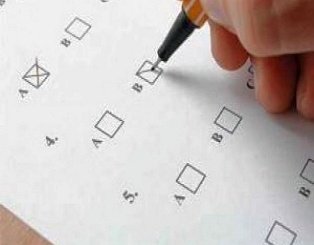
**Рекомендации учащимся** **по подготовке к централизованному тестированию**



Существуют реальные способы стать успешным на ЦТ и повысить тестовый балл. Причем значительно!

**1.** **Усиленное изучение того предмета, по которому предстоит тестироваться.** Без минимальных знаний не будет положительной оценки, не рассчитывайте на случай или удачу (это не спортлото).

**2. Улучшение тестового балла.**

*Приведем несколько наиболее прямых и универсальных рецептов стратегии*

*подготовки к тестам и тактики их выполнения.*Данные рецепты сформулированы в стиле советов опытного тренера ученикам.

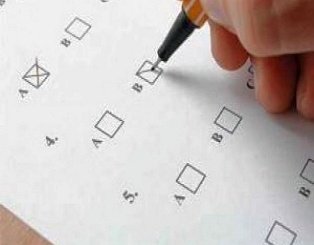
**Тренируйтесь!**Перед официальным соревнованием, централизованным тестированием, следует выполнять как можно больше опубликованных тестов просто ради тренировки. Нельзя научиться хорошо решать тесты, не выполняя их, подменяя эту практику другими видами контроля и самоконтроля.

**Торопитесь!**Тренируйтесь с секундомером в руках. Засекайте время тестов, ограничивайте его. Без подобных ограничений, заставляющих работать в максимально быстром темпе, без имитации соревновательной ситуации, смоделировать тот стресс (напряжение), который вызывает любое тестирование, достаточно сложно.

**Пробуйте!**В тренировках применяйте правильную тактику, т. е. следуйте рекомендациям, как правильно решать отдельное задание или тест в целом. Например, не следует дважды перечитывать инструкцию, а нужно сразу познакомиться с вариантами ответов. Тогда содержание ответов прояснит вам, что же именно требуется в инструкции к данному заданию. Это конкретный пример тактики, которую следует испробовать. Ее можно освоить и эффективно применять, только активно тренируясь в тестировании.

**Пропускайте!**Надо научиться пропускать трудные или непонятные задания. Помните: в тесте всегда найдутся такие, с которыми вы обязательно справитесь, глупо недобрать очков только потому, что вы не добрались до «своих» заданий, застряв на тех, учебный материал которых вам не известен или плохо изучен.

**Исключайте!**Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный ответ, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет концентрировать внимание всего на одном-двух признаках (а это легко), а не сразу на пяти-семи (что гораздо труднее).

**Сокращайте выбор!**Если несколько ответов (1—2) из четырех или пяти вариантов кажутся вам совершенно неподходящими, а остальные — подходящими с равной вероятностью, то в этом случае верным будет не пропускать это задание, а стараться выбрать ответ из остальных. Путем такой тактики вы получите больше очков.

**Думайте только о текущем задании**! Когда вы видите новое задание (вопрос), забывайте все, что было в предыдущем. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом, поэтому знания, которые вы применили в одном (уже решенном вами), как правило, не помогают, а только мешают сконцентрироваться и правильно решить другое задание. Эта установка дает вам и другой бесценный психологический эффект — забудьте о неудаче в прошлом задании (если оно оказалось вам не по зубам). Думайте о том, что каждое новое задание — это шанс набрать очки.

**Читайте задание до конца**! Спешка не должна приводить к тому, что вы будете стараться понять условия задания по «первым словам» и достраивать концовки в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки (в самых легких вопросах).

**Не огорчайтесь**! В любом профессионально подготовленном тесте немало заданий, с которыми вы просто не должны справиться (так запланировано), более того, никто или почти никто не должен выполнить все 100 % заданий!

Поэтому нет смысла расплескивать эмоциональную энергию на преждевременную досаду. Даже если вам кажется, что вы допустили слишком много ошибок и просто завалили тест, помните, что очень часто такое ощущение ложно: при сравнении ваших результатов с остальными может выясниться, что другие допустили еще больше ошибок.

**Запланируйте два круга**! Спланируйте среднее время на каждое задание таким образом, чтобы за две трети (максимум три четверти) сеанса пройти все задания по «первому кругу». Тогда вы успеете набрать максимум очков на легких для вас («своих») заданиях, а потом сможете подумать и добрать что-то на трудных, которые вам вначале пришлось пропустить.

**Накануне экзамена**

Все бегло повторить, просмотреть, чтобы снять тревогу во время экзамена.

Мысленно продумать и представить всю процедуру предстоящего экзамена – аудитория, место, необходимый материал (ручки).

Подготовить все необходимое, одежду.

Настроиться на успех (все будет хорошо).

Хорошо выспаться.

Утром – проснуться, улыбнуться, настроить себя на положительные чувства, потянуться, легкая зарядка, завтрак.

Рассчитать время, прийти на место проведения тестирования за 45-30 минут (организационные вопросы, очередь, поиск аудитории).