



Сесія – непростий час навіть для самих старанних студентів.

Що робити, якщо хвилювання на іспиті заважає зосередитися?
Як потрапити в розряд щасливців, які ходять на сесію як на свято?
Чи можна перетворити процес підготовки в захоплююче заняття?

Невеликі поради допоможуть сконцентруватися і уникнути елементарних помилок.

Студентам під час сесії необхідно дотримуватися **5 золотих правил**:

I. Потрібно грамотно розподілити сили. Проаналізувати свій розклад: який іспит складніше, який простіше. Взяти у однокурсників конспекти пропущених лекцій. Якщо якісь теми протягом семестру “туго йшли”, ще раз продивитися підручники. Крім того, в процесі підготовки важливо враховувати, що будь-яка людина має свій біологічний ритм. У кожного з нас підйом сил, настрою змінюється спадом. У будь-якому випадку свої біоритми можна і потрібно використовувати на благо: в період підйому сил - вчити, а коли активність йде на спад - повторювати пройдене.

