

Не така страшна ДПА...

Поради для учнів, які складають атестацію

Учні, які складають державну підсумкову атестацію, вже наповну до неї готуються. Як підвищити ефективність їхньої самопідготовки? Як їм поводитися, коли до ДПА лишається кілька днів? Як взяти себе в руки в день складання атестації?



Порядок у всьому, або Як готуватися

- Не вивчайте новий матеріал безпосередньо перед ДПА, робіть це заздалегідь.
- Чергуйте заняття і відпочинок під час усього періоду підготовки до ДПА.
- Складіть план підготовки до ДПА на кожний день, чітко визначте обсяг матеріалу, який ви вивчатимете — розділ, тема тощо.
- Дотримуйтеся порядку на своєму робочому місці вдома: коли навчаєтеся, приберіть зі столу все зайве, зручно розмістіть потрібні програми, навчальні посібники, зошити, папір, ручки, олівці тощо.
- Під час підготовки до ДПА з будь-якого навчального предмета структуруйте матеріал за допомогою планів, схем. Робіть це у письмовому вигляді. Адже досить часто буває так: вам здається, що ви все знаєте, пам'ятаєте, а коли починаєте відповідати — ваша відповідь уривчаста, фрагментарна.
- Перегляньте спочатку весь матеріал і раціонально сплануйте його вивчення: наприклад, якщо потрібно вивчити 100 питань за чотири дні, то у перші два дні вивчіть 70% усього обсягу, третього дня — решту питань, четвертого — повторіть вивчене. При цьому складні питання чергуйте з простими.
- Намагайтеся зрозуміти матеріал, що вивчаєте, а не механічно його запам'ятовувати.
- Розпочніть заняття з найскладнішого матеріалу, який знаєте найгірше.
- Якщо не можете щось згадати, запишіть на аркуші запитання, які ви можете поставити учителю під час консультації.

Геть безсонні ночі, або Як поводитися напередодні атестації

- Намагайтеся отримати максимум корисної інформації від консультації.
- Не забудьте під час консультації поставити педагогу ті запитання, які вас найбільше хвилюють.
- Робіть шпаргалки за бажанням: це сприяє закріпленню знань. Однак пам'ятайте, що користуватися ними під час ДПА не можна.
- Повторіть плани відповідей на запитання напередодні ДПА, акцентуйте увагу на найскладніших.
- Відпочиньте за два-три дні до ДПА.
- Ляжте раніше спати напередодні ДПА, а ранок у жодному разі не розпочинайте «зубрінням».
- Не думайте про те, що не впораєтесь із завданнями, навпаки подумки уявляйте собі картину успіху.
- Прийдіть на ДПА завчасно.



Емоції під контроль, або Як діяти під час атестації

- Почніть розв'язувати найлегше, на вашу думку, завдання. Заплутана умова не означає складності завдання. Зберіться з думками та починайте працювати. Ви впораєтесь!
- Не сподівайтесь на допомогу екзаменатора, якщо не зрозумілий текст завдання. Екзаменатор має на це право, лише якщо текст завдання погано надрукований.
- Не зациклюйтеся на тому завданні, яке не можете розв'язати, спробуйте розв'язати інше. Можливо, успіх розв'язання легшого завдання додасть упевненості, і ви зможете впоратися зі складнішим.
- Будьте уважними, запам'ятайте вказівки вчителя щодо підписання роботи, заповнення певних бланків (якщо це необхідно) та виконання завдань.
- Сконцентруйтеся після організаційних моментів — для вас тепер є лише текст завдань і час для їх виконання.
- Прочитайте завдання двічі та обов'язково до кінця; зрозумійте, що від вас вимагається.
- Не поспішайте, оскільки можете неправильно зрозуміти умови завдань.
- Думайте лише про виконання того завдання, яке виконуєте, а не всіх одразу.
- Перевірте виконане завдання.
- Прислухайтеся до своєї інтуїції.

Аналіз й урахування досвіду, або Що робити після атестації

- Зателефонуйте батькам. Пам'ятайте, що вони хвилюються за вас.
- Проаналізуйте свої помилки, щоб не припуститися їх надалі.
- Відпочиньте у цей день, а вже з наступного починайте готуватися до ДПА з іншого навчального предмета.
- Під час підготовки до ДПА з іншого навчального предмета врахуйте свій досвід.

