

ПАМЯТКА ДЛЯ УЧЕНИКОВ

по итоговой аттестации

1. Что тебя ждёт

Итоговая аттестация — это экзамены, которые показывают твои знания за учебный год.

2. Как подготовиться

- повторяй основные темы
- решай задания и тесты
- посещай консультации
- соблюдай режим сна и отдыха

3. Что взять с собой

- ручки с синей пастой (2–3 штуки)

Запрещено:

- телефоны и гаджеты
- шпаргалки
- подсказки другим

4. В день экзамена

- приходи за 15–20 минут до начала
- внимательно слушай инструкции
- сначала выполняй лёгкие задания
- следи за временем

5. Если волнуешься

- это нормально
- сделай несколько глубоких вдохов
- сосредоточься на заданиях

6. Если что-то пошло не так

- не паникуй
- обратись к организатору
- выполняй те задания, которые понимаешь

Помни:

Ты готовился — значит, справишься! Экзамен — это просто этап, а не вся жизнь.

