ЕГЭ - это лишь одно жизненное испытание. Не придавайте событию слишком высокую важность, чтобы не увеличивать волнение.

2. При правильном подходе экзамены могут служить средством самоутверждения и повышения личностной самооценки. Заранее поставьте перед собой цель, которая вам по силам.

3. Пусть достижения не всегда совпадают с идеалом, но зато они ваши личные. Не стоит бояться ошибок.

4. Подготовившись должным образом, вы обязательно сдадите экзамен!

Будьте уверены: каждому, кто учился в школе, по силам сдать ЕГЭ!

5. Перед началом работы нужно успокоиться и сосредоточиться. Расслабленная сосредоточенность гораздо эффективнее, чем напряженное внимание.

6. Тренировка в решении заданий поможет ориентироваться в разных типах задач, рассчитать время.

7. Подготовка к экзамену требует достаточно много времени, но она не должна занимать все время!

8. Для активной работы мозга требуется много жидкости, поэтому полезно боше пить минеральной воды и зеленого чая.

9. Соблюдайте режим сна и отдыха, при таких умственных нагрузках увеличьте время сна на 1 час.

**И мы уверены, с вашей подготовкой и нашими рекомендациями у вас все получится на отличной!!!**