

Что для Вас ЭКЗАМЕН - ???





КТО ТЫ?

«сова» или «жаворонок»



Место для занятий



Начни с самого трудного





40 минут
занятий,



10 минут -
перерыв





Схема 25. Источники питания реки

Структурируй
материал



**Оставь 1 день, чтобы
повторить!**



**Последние 12 часов перед
экзаменом – подготовка
организма, а не знаний!!!**



Для памяти



Для внимания



Снимает нервозность



Способствует кровообращению

МОЗГА



**Освежает мысли и облегчает
восприятие информации**



Замена успокоительного



+ дыхательная гимнастика и вода



Ни пуха, ни пера!!!

