**Рекомендации по сдаче ГИА ученикам :**

1. Подготовьте место для занятий
2. Составьте план занятий на каждый день
3. Начните с самого трудного
4. Чередуйте занятия и отдых
5. Высыпайтесь
6. Заранее ознакомьтесь с правилами и процедурой экзамена
7. Тренировка в режиме заданий
8. Расслабление уменьшает внутреннее беспокойство, улучшает внимание и память
9. Используйте дыхательные упражнения и аутогенные тренировки
10. Позитивный настрой придаст уверенности в сдаче экзамена.