

## ***Как распределить время при подготовке к экзаменам?***

- Определи когда тебе легче работать – утром или вечером. У каждого человека свой биоритм, и поэтому, если ты сова, совсем не обязательно вставать в 7 утра – для тебя самое работоспособное время – это вечер. Поэтому чаще прислушивайся к себе.
- Распредели количество билетов ( $y$ ) на количество дней ( $x$ ) по формуле:  $x / y - 1$ , тогда у тебя останется один день для общего повторения.
- Следующий шаг – постановка цели. Сначала составь список дел, задач, ведущих к цели. Цель, не зафиксированная на бумаге, часто остается в области мечтаний. Сформулируй цель без частицы «не», например, я хочу успешно сдать экзамены. Затем цели расставляются по значимости, потом по срочности. Не надо путать срочность и важность!
- Составь план дня. Активно борись с «расхитителями времени»: телефон – отвечай кратко и по существу; гости – намекни, что занимаешься, и если у них есть время – они могут помочь.