**[10 лайфхаков для подготовки к ЕГЭ](http://psihologn.org/index.php/uchashimsia-main/931-10-lajfkhakov-dlya-podgotovki-k-ege).**

**Конспектируйте.**  
Сколько бы материала вы ни прочитали в разных пособиях и учебниках, прослушали на лекциях и семинарах, одним из лучших способов запоминания и закрепления этих знаний остаются старые добрые конспекты.

Во-первых, записывая, вы ещё раз повторяете это у себя в голове, а во-вторых, у ваших рук тоже есть память. В нужный момент они могут просто механически вспомнить необходимую формулу, термин, определение или что-то ещё. К тому же сейчас для ведения конспектов вам даже не обязательно использовать ручки, карандаши, цветные выделители и тетради. Можно просто открыть заметки в смартфоне, писать их прямо в электронной книге или скачать специальную программу для конспектирования с помощью электронного стилуса.

**Систематизируйте.**  
Подготовка к ЕГЭ по нескольким предметам — это бесконечный поток информации, которая в какой-то момент начинает путаться в голове. Особенно это касается, конечно, гуманитарных предметов, потому что в них очень много фактов нужно знать наизусть. В таких случаях вашими надёжными помощниками станут различные методы систематизации: таблицы, диаграммы, карточки и так далее.

Например, если вы напишете на одной стороне листочка термин, а на второй — его определение, вы сможете легко тренироваться в его воспроизведении. Вы можете распределять материал по темам, основаниям для сопоставления, в хронологическом порядке или в любой другой удобной для вас системе.

Да, в начале подготовки вам придётся потратить много времени на такую работу, но в конце учебного года, на этапе повторения, вы будете себе безумно благодарны. Отличную систему запоминания предлагает портал Quizlet, у которого есть своё приложение. Там вы или ваш педагог можете создать страничку и разместить какой-то материал, создав учебный модуль или целый курс. С помощью нескольких разделов (заучивание, карточки, письмо, подбор и тест) вы проведёте время с пользой. Лёгкая и непродолжительная игра — отличная полезная замена залипанию в социальных сетях.

**Используйте фото, видео и аудио.**  
Прочитав бесчисленное количество нужных текстов и порешав множество вариантов, мы всё равно можем забыть что-то в нужный момент. Память иногда даёт сбои. Чтобы помочь ей, мы можем преподнести не очень простую для неё информацию в приятном для неё виде.

Почему бы не совместить материал, который вам, может, и не хочется учить, с тем, что вы реально любите? Например, вы можете сложить песню из трудных терминов или слов, в которых вам нужно запомнить постановку ударения. Сделать смешной мем, в котором отразится какая-то тема, которую вы изучаете. Посмотреть автобиографический фильм о человеке, деятельность которого вы хотите привести в качестве аргумента. Или послушать стихотворения в записи, на которой их читает сам поэт. И всё это вместо уже давно приевшихся, однообразных и скучных занятий.

**Контролируйте.**  
Этот пункт очень серьёзный и касается абсолютно каждого. Основа успешной сдачи ЕГЭ — это самодисциплина. Не слушайте чужие истории о сдаче экзамена и не смотрите видео на ютьюбе из серии «Как я сдала ЕГЭ по литературе на 100 баллов почти без подготовки».

То, что помогло другим, с большой вероятностью не поможет вам. Каждому нужно составить личный план подготовки, основанный на множестве факторов, начиная с уровня знаний на первых этапах и заканчивая особенностями характера. Поэтому искренне советую вам в старших классах самостоятельно продумать план действий. Воспользуйтесь ежедневниками, списками дел, планерами и индивидуальными расписаниями. Вы можете делать это даже в своём телефоне. Ведите таблички с результатами ваших пробных работ и всегда отталкивайтесь от их динамики.

Наш главный враг — это мы сами. Мы отвлекаемся на бесполезные вещи вроде бесцельного листания инстаграма вместо решения трудной задачи

Если вы зависимы от телефона и он не даёт вам собраться, советую воспользоваться функцией «экранное время» и поставить временные лимиты на определённые программы, а также установить приложение Forest (платное) или поискать аналоги бесплатные. В нём вы можете выбрать определённый период времени, в течение которого вы не хотите отвлекаться. За это время на экране вашего смартфона будет расти деревце, которое погибнет, если вы сдадитесь и покинете это приложение. Такая игра действительно мотивирует не отвлекаться, потому что за выращивание одного растения вы получаете монеты, дающие доступ к следующим. Самое крутое — за конкретное количество набранных монет вы можете сделать так, чтобы посадили реальное дерево. Получается, что вы не только успешно сдаёте ЕГЭ, но и заботитесь об экологической ситуации во всём мире.

**Расставляйте приоритеты.**  
Это правило работает с ЕГЭ точно так же, как и в любой сфере жизни. Слишком часто перед выпускником стоит выбор: заняться подготовкой к экзамену, от которого зависит его поступление, или слушать ненужный урок в школе и делать домашку по неинтересному предмету. Я советую всё-таки периодически выбирать первое.

Выбор должен быть разумным и обоснованным. Я не имею в виду, что вам нужно забить на все предметы, кроме тех, что сдаёте. Но если вы знаете, что с оценкой для аттестата по какому-нибудь предмету у вас проблем нет, да и учитель отнесётся спокойно, я думаю, вы можете решить пару вариантов такой необходимой вам физики за эти 45 минут.

**Окружите себя связанными с ЕГЭ мелочами.**  
Из маленьких вещей, которые вы будете делать регулярно, складывается успех. Не всегда можно найти силы и время порешать целый вариант (а надо ли всегда делать так — в следующем пункте), но повторить небольшое правило, сделать пару упражнений или решить простой пример можно, когда хочется отвлечься от чего-то серьёзного дома. Или даже на перемене и по дороге в метро. Вы можете повесить над своим рабочим местом стикеры с небольшим объёмом полезной информации, так вы просто будете поднимать голову и систематически пробегать по ней глазами.

Можете обратиться к социальным сетям. Сейчас свои страницы ведут многие репетиторы, занимающиеся подготовкой к ЕГЭ. Кроме платной потоковой работы с учениками, в своих профилях они выкладывают небольшой объём бесплатных материалов и советов, а также коротенькие тесты в историях. Например, @easy.planet (загляни в актуальное и на сайт), @kav.education и @egeveronikasmoler (в этих двух профилях обитают чудесные преподаватели русского языка).

**Вычислите свои пробелы.**  
Да, для ЕГЭ страшно важна практика (хотя бы потому, что, занимаясь по официальным материалам ФИПИ, ты получаешь небольшой шанс увидеть знакомое задание во время экзамена). Но это не значит, что постоянное решение пробников — это гарант успеха. Вам нужно проанализировать блоки, из которых состоит экзамен.

В этом, кстати, вам помогут официальные критерии, кодификаторы и демоверсии, опубликованные на сайте ФИПИ. После того как вы изучите их, проанализируйте свои знания или посмотрите на ошибки, совершаемые в пробниках: с чем же вам нужно работать больше всего, с какими блоками или заданиями.

**Создайте свой шаблон.**  
Всем нам приходится мириться с тем, что большинство заданий ЕГЭ (даже тех, что с развёрнутым ответом в части С) выполняются и оцениваются исключительно в определённом формате. Для кого-то это спасение, облегчающее подготовку, а для кого-то — мучение, ограничивающее мышление.

От всей души желаю успешной сдачи ЕГЭ!

Вера в себя и твои старания не останутся без результата!