

Подготовка студентов к сессии

Подготовка к экзаменационной сессии – всегда напряжённая ситуация, знакомая всем, кто когда-либо был студентом. Подавляющее большинство учащихся оттягивают эту не очень приятную обязанность на потом, а некоторые даже могут начать учить предмет прямо в ночь перед экзаменом.

Давайте разберёмся, как правильно распределять ресурсы во время подготовки к сессии, стоит ли писать шпаргалки и как точно не следует себя вести на экзамене.

Из большой практики преподавания, а когда-то мы сами были студентами университетов, можем дать очень значимый совет! Готовиться к экзамену непосредственно в ночь перед ним не стоит. Лучший вариант, конечно, начинать готовиться в процессе учёбы, на опережение, повторяя хотя бы иногда изученные темы. В свой индивидуальный план следует внести все предметы, которые необходимо сдать в рамках будущей сессии. На каждый предмет необходимо выделить определённое количество часов в неделю – степень занятий будет зависеть от объёмов материала, который нужно повторить и выучить.

Расписание можно распечатать и повесить на своё рабочее место – так график подготовки всегда будет перед

глазами. А также, как можно больше проявлять себя на занятиях в течение семестра, чтобы экзаменов или зачётов в период сессии было меньше.

Многие преподаватели с радостью сокращают число студентов, которые должны сдавать экзамен, – за активную работу можно получить «автомат». Во время учебного процесса можно делать доклады или письменные работы – они помогут более детально изучить предмет и при этом станут преимуществом на экзаменационной сессии.

Чтобы стопроцентно подготовиться к сессии, можно пользоваться различными дополнительными материалами. Они позволят максимально глубоко изучить предмет и подойти к зачётной неделе с уверенностью в собственных силах. Источниками полезной информации могут стать не только учебники и конспекты лекций. Преподаватели могут посоветовать студентам дополнительные материалы, которые лучше раскрывают изучаемую тему – к этим рекомендациям стоит прислушиваться.

При изучении большого объёма материала стоит разбить текст на абзацы и выписать из каждого базовые слова – ключевые фразы, краткий пересказ этого отрывка. Во время экзамена вы вспомните эти слова, которые помогут воспроизвести даже забытую, казалось бы, часть текста.

При подготовке к экзаменам не стоит слишком сильно перегружать организм. Отсутствие отдыха приводит к накоплению стресса и проблемам с концентрацией во время зачётной недели. Поэтому важно делать перерывы и хорошо отдыхать.

При подготовке к сессии главное учить, что экзамены предложены всего лишь проверить уровень знаний студентов. На самом деле у преподавателей нет цели «завалить» студента – экзаменаторы часто идут навстречу, если видят, что студент слишком сильно переживает.

Не стоит паниковать, если сдать экзамен или зачёт не получилось с первого раза. Самое страшное, чем грозит несданный с первой попытки экзамен – это потеря стипендии. У студента всегда есть возможность подготовиться лучше и показать свои знания на пересдаче. Отчисление может грозить только в том случае, если он систематически пропускает занятия, не приходит на экзамены и пересдачи и имеет большое количество академических задолженностей по разным дисциплинам.

Л.Е. ПРОЦКО,

ассистент,

Т.В. СЕВАСТЮК,

А.В. ГАРКУША

старшие преподаватели

(кафедра управления охраной труда)