**Определите свой стиль изучения**

Все мы разные, поэтому и стратегии подготовки к экзамену у нас будут отличаться. Отталкивайтесь от своих индивидуальных особенностей. Если вы аудиал, читайте учебники и конспекты вслух, если кинестетик — пишите по своим конспектам [шпаргалки](https://lifehacker.ru/2015/09/01/kak-ne-zabyvat-knigi/) и составляйте план ответа.

Ещё один эффективный метод — карта мыслей. Это отличный способ структурировать информацию, освежить знания и быстро вникнуть в суть предмета даже спустя продолжительное время. Подробнее о том, как составлять ментальные карты и как работать с ними, мы рассказывали [тут](https://lifehacker.ru/special/mindmap/).

Какие вопросы учить первыми? Если в течение семестра вы неплохо разобрались в предмете, приступайте к вопросам, о которых имеете хоть какое-то представление.

Если каждый новый блок нельзя понять без предыдущего, то вариант один: учите всё строго по порядку.

Также имеет смысл начинать со сложных вопросов, выделяя достаточно времени на их изучение. Лучше разобраться с ними, пока вы не устали и не потеряли концентрацию. Лёгкие вопросы оставляйте на потом.

И будьте последовательны. Придерживайтесь выбранной стратегии, даже если начинаете паниковать с приближением экзамена.

**Стремитесь к пониманию, а не запоминанию**

Вникайте в билет, а не старайтесь его вызубрить. Заучивание — заведомо проигрышная стратегия, которая к тому же отнимает больше времени. Находите логические связи в вопросах, придумывайте ассоциации.

Конечно, в каждом предмете есть информация, которую нужно знать наизусть: даты, формулы, определения. Но даже их запоминать легче, если вы понимаете логику.

На [экзамене](https://lifehacker.ru/2015/11/16/video-cornell/) рассказывайте материал своими словами, домысливайте, чтобы ответ был более развёрнутым

Хороший метод, когда к экзамену нужно подготовиться за короткий промежуток времени. Потребуется всего три дня, но работы предстоит много. Каждый день нужно прорабатывать весь материал, но на разном уровне, постоянно углубляясь.

В первый день вы прочитываете весь свой конспект или методичку, чтобы [освежить](https://lifehacker.ru/2015/08/13/kak-razvit-pamyat-i-vnimanie/) знания по предмету, грубо говоря — втянуться. Условно считаем, что вы уже можете сдать экзамен на тройку.

Во второй день разбираетесь с теми же вопросами, но уже по учебнику, чтобы узнать больше деталей и тонкостей. Если вы готовитесь старательно, можете уже рассчитывать на четвёрку.

В последний день вы доводите свои ответы до идеала: повторяете, заполняете пробелы, запоминаете. После третьего дня вы готовы сдать экзамен на отлично.

**Два дня на изучение, один на повторение**

Система очень простая: весь материал нужно разбить на две одинаковые части и выучить его за два дня. Третий день целиком уделяется повторению.

**Ставьте ограничение по времени**

Вникать в каждую тему можно бесконечно долго, поэтому не старайтесь запомнить все тонкости. Из большой главы в учебнике выделяйте главные мысли: структурированный материал небольшого объёма воспринимать легче.

В [университетские годы](https://lifehacker.ru/2015/07/01/krizis-chetverti-zhizni/) мы делили все билеты между одногруппниками и каждый готовил краткий конспект по своей части. Если в вашей группе взаимопомощь не развита, можно попросить материалы и шпаргалки у студентов старших курсов.

Если чувствуете, что слишком долго сидите над одним вопросом, пропускайте его. Лучший мотиватор при подготовке — таймер. Решите, сколько времени вы можете уделить одному билету, например 30 минут, и по истечении срока переходите к следующему. Выделите несколько часов перед экзаменом, чтобы разобраться с пропущенными вопросами.

**Составьте план ответа на билет**

Любой, даже самый обширный вопрос можно описать в нескольких словах. При этом каждый тезис должен вызывать ассоциации.

Такой план можно быстро просмотреть перед экзаменом, чтобы настроиться на рабочий лад. Известен метод трёх предложений: выписывайте по каждому вопросу проблему, главную мысль и вывод.

**Изучение зависит от предмета**

Индивидуальные особенности есть не только у вас, но и у изучаемого предмета. Например, точные науки — [математика](https://lifehacker.ru/2014/12/02/retsenziya-magiya-chisel/), физика — требуют практики. Для гуманитарных наук важно умение перерабатывать большие объёмы информации, запоминать даты, имена, определения.

Но, повторюсь, к изучению любого предмета нужно подходить активно: вникать в вопрос и стремиться к пониманию.

Важен и формат экзамена. Если вы готовитесь к устному экзамену, проговаривайте свои будущие ответы вслух. Моя любимая тактика — пересказывать материал кому-нибудь из домашних или, когда они не проявляют энтузиазма, самой себе перед зеркалом. Ещё лучше, если кто-то будет не просто вас слушать, но и задавать вопросы, когда что-то непонятно.

Если готовитесь к тестированию, стоит про решать десяток типовых тестов, выписать свои ошибки, повторить проблемные темы и про решать всё снова.

Если экзамен письменный, нужно заранее продумать структуру ответа.

**Готовьтесь вдвоём или втроём**

Выпишите самые сложные, на ваш взгляд, темы — коллективный разум поможет разобраться с ними быстрее. Лучше кооперироваться с одногруппниками, которые настроены на учёбу, иначе подготовка к экзамену может перейти в обычную приятную встречу с дружескими разговорами.

Нет, это не значит, что шутить и отдыхать возбраняется. Просто не забывайте о главной цели собрания.

**Ещё несколько рекомендаций по подготовке к экзаменам**

1. Делайте перерывы. Это поможет вам расслабиться и разложить новую информацию по полочкам.
2. Выключите телефон, не заходите в социальные сети, не приближайтесь к телевизору. Если не можете справиться с искушением, почитайте о том, [как бороться](https://lifehacker.ru/2016/01/18/addicted-to-distraction/) с отвлекающими факторами.
3. Высыпайтесь.
4. Не забывайте о еде: это даст дополнительные силы вашему организму. Однако переедать не стоит. Обычно после излишне плотного обеда начинает клонить в сон, и учиться совсем не хочется.
5. Избегайте [стрессовых ситуаций](https://lifehacker.ru/stress/) и негатива от других людей. Атмосфера во время занятий должна быть максимально благоприятной.
6. Не слишком полагайтесь на шпаргалки и возможность списать. А если вы не умеете хорошо списывать (согласитесь, это тоже нужно уметь), не стоит даже начинать.
7. Обустройте место для занятий: светлое, комфортное, со всеми необходимыми материалами под рукой. Кровать не самый подходящий вариант: велика вероятность заснуть на скучной теме.
8. Делайте маркированные списки: их легче запоминать.
9. Отвлечься и размять затёкшие за время длительного сидения мышцы помогут занятия спортом. Кроме того, во время бега, езды на велосипеде или подобной физической активности можно не спеша поразмышлять над сложными вопросами.
10. Если чувствуете, что не настроены на учёбу, начните с темы, которая кажется вам наиболее интересной. Это поможет войти в колею.
11. Ходите вечером [на прогулки](https://lifehacker.ru/2015/12/01/nature-and-brain/). Во время подготовки нервы обычно на взводе, поэтому нужно немного расслабляться.
12. Составьте чёткий план подготовки.