

# 5 советов от Рособнадзора как эффективно подготовиться к экзаменам

Рособнадзор на своей странице в соцсети ВКонтакте опубликовал [рекомендации](#), которые, по мнению ведомства, помогут сделать подготовку к экзаменам эффективнее. Этими советами можно воспользоваться для подготовки к любому экзамену, в том числе и к ЕГЭ.

**1. Вникайте в суть изучаемого материала.** Зубрежка не поможет — такой материал в памяти остается недолго. Кроме того, вспоминайте пословицу: повторение – мать учения.

**2. Полезно применять ассоциации.** Необычные, неожиданные и ироничные ассоциации отлично откладываются в памяти, они хорошо помогают запомнить информацию.

**3. Пишите конспекты.** Выделяйте основные мысли – это помогает запоминанию. Полезно составлять списки и пользоваться нумерацией.

**4. Задействуйте зрительную память.** Можно записывать важную информацию на карточках и разместить их в разных местах, чтобы они регулярно попадались на глаза.

**5. Особенно хорошо информация запоминается перед сном.** Поэтому, прежде чем уснуть, повторите то, что уже прочитали.