

Пора за учебники!



Пришла, рожимая...

Сессия – это всегда стресс и нервы. А кто главные специалисты по стрессу? Правильно, психологи. И хоть их советы кажутся нам нудными, и при нынешнем обилии информации "каждый – психолог", прочитать рекомендации накануне главного испытания в семестре не грех. Ну хотя бы как мантру, чтобы чуть отвлечься и успокоиться.

БЫВАЕТ, выучишь все билеты назубок, приходишь на экзамен, а от вида сурового преподавателя весь материал из головы улетучивается, и о хорошей оценке можно даже не мечтать. А другие – хоть бы хны: и не готовились вовсе, а сыпят словами, как из рога изобилия. Как с комфортом и без потерь пережить сессию?

Грамотно распределяйте свои силы. Если вам проще работать и учиться с утра, используйте именно эту часть дня для того, чтобы усвоить новый и самый сложный материал, в другое время – повторяйте все пройденное. Ресурсы организма нужно тратить разумно, анализируя, в какие часы у вас наблюдается подъем сил, а в какие – спад.

Избегайте механического заучивания без понимания (так называемой зубрежки). Полученный именно таким образом текст имеет свойство улетучиваться из памяти во время экзамена. В первую очередь нужно понять весь материал, а уже потом его закреплять. К тому же знания нуждаются в систематизации. Изучая информацию по тому или иному билету, старайтесь запомнить самое главное. Потом это "главное" поможет вам вспомнить и второстепенные вещи. Такой подход даст куда больше пользы, чем простое заучивание.

Не забывайте об отдыхе. Большинство начинают готовиться к сдаче за два-три дня до экзамена, уйдя с головой в учебник. Однако это крайне неэффективный и даже деструктивный

подход. Организму нужно отдыхать. Лучше начните учить материал заранее, за недели две, предварительно составив план освоения материала. Позанимались утром и днем, вечером вполне заслужили отдых. Не стоит бояться, что, отдыхая, вы упустите время и не успеете подготовиться. Наоборот, после отдыха работоспособность увеличится, и вы с удвоенной силой и производительностью возьметесь за учебу.

Правильно и полноценно питайтесь. Подготовка к сессии – это сильное напряжение для организма. И чувство голода вряд ли поможет хорошо усвоить материал, скорее наоборот. Специалисты также советуют не злоупотреблять различными энергетическими напитка-

ми. Эффективность их недолговечна, через некоторое время наступает значительный упадок сил, справиться с которым очень сложно. К тому же энергетика вредна для организма – как и фаст-фуд.

Настройте себя на успех. Не переживайте, что вы можете плохо сдать экзамен, наоборот, настройтесь на хорошую оценку. Чтобы уменьшить психологическую нагрузку во время сессии, постарайтесь не думать об экзаменах постоянно, живите лучше тем, что будет после них. Стройте планы, назначайте встречи с друзьями, думайте о том, как хорошо отдохнете. Этот стимул поможет воспринять сессию как возможность получить награду в виде каникул.

За умного сойдёшь...

Любой студент знает – чтобы показать себя всезнайкой на экзамене, часто достаточно умело пустить пыль в глаза преподу. Вот некоторые мудреные словечки, которые помогут прослыть человеком широких взглядов.

Идиосинкразия – непереносимость. Вообще, термин медицинский, но употреблять его можно везде и всюду. Например: "У меня к невежам и лентяям идиосинкразия".

Трансцендентальный – отвлеченный, абстрактный, академический, мысленный, умозрительный, умственный, теоретический. В связи с широтой понятия допускается применение термина где надо и где не надо.

Метафизический – примерно то же самое, что "трансцендентальный". Термин хорош для ответа на вопрос, суть которого вы не поняли. Например, "Как Вы относитесь к схоластике? – В метафизическом смысле?".

Трюизм – общеизвестное мнение или высказывание. Типичный пример трюизма – Волга впадает в Каспийское море.

Эвфемизм – замена грубых или резких слов и выражений более мягкими. Если экзаменатор предположит, что вы лентяй и неуч, скажите: "Ну я бы так не утверждал, давайте прибегнем к эвфемизму – пока еще я недостаточно раскрыл свои знания перед вами".

Софистика – умение хитро вести прения. Жонглирование словами и понятиями. Например: "Наш диалог превращается в прекрасный пример изящной софистики".

Эклектика – соединение разнородных взглядов, идей и теорий. Пример: "Долгое время представления об этом понятии (практически любом) были весьма эклектичны".

Аддикция – зависимость. Например, Интернет-аддикция.

Декадентство – упадничество. Термин хорош для оценки любых спорных действий: "Какое декадентство!".

Конгруэнтность – очень богатое слово. Означает состояние целостности и полной искренности, когда все части личности работают вместе, преследуя одну цель. "При подготовке к вашему экзамену, профессор, я понял, что такое состояние конгруэнтности".

Гипербола – преувеличение. "Было бы гиперболой сказать, что я все знаю, но все-таки я усиленно готовился!".

Убиквисты – виды растений и животных, обитающие повсеместно. Не увлекайтесь этим термином, все равно никто его не знает, кроме нас с вами.

Когнитивный диссонанс – состояние дискомфорта, когда новая информация входит в противоречие со старыми знаниями человека. Пример: "В списке вопросов к экзамену сто пунктов, а не пятьдесят, как я предполагал. Это вводит меня в состояние когнитивного диссонанса".

Гвельфы и гиббеллины. Гвельфы – за Папу и пополанов, гиббеллины – за императора и нобилей. В общем, это вам тоже вряд ли пригодится – слишком мало знатоков. Но не углубляясь в дебри, можно блеснуть фразой о любых противоречащих друг другу теориях: "Они столь же разнятся, как взгляды гвельфов и гиббеллинов". Ваше счастье, если преподаватель не спросит: "А кто это?".

Бином Ньютона – формула для представления степени суммы двух чисел. Употребляется, как правило, в качестве выражения чего-то сложного в противопоставлении несложному. Например: "Тоже мне бином Ньютона!".

Фрустрация – разочарование. Фраза "Наша жизнь – это цепь фрустраций" вряд ли вас спасет после "неуда", но поможет сохранить лицо.

Сессия в соцсетях

- Сложность экзамена обратно пропорциональна значимости кафедры.
- Сессия, сдавайся!
- Она ходила голый на лестницу. Ходила голый на улицу. Она хотела даже повеситься. Но институт, экзамены, сессия...
- Сессия – депрессия...
- Март, апрель, май, пипец, июль, август... Студент поймет.
- Сессия началась. И живые позавидовали мертвым...
- Запах сессии – это отсутствие запаха пива.
- Веселье приносит студентам не спящим, страх отчисления всегда настоящий!
- Кручу... Верчу... Теорию вероятности сдать хочу!



- Догрызаю гранит, проклиная науку...
- В московских стриптиз-клубах некому выступать. Сессия.
- Наступила сессия... Студенты потянулись к ксероксам...
- Я закрыла сессию! Юху! У кого были хвосты – поймут, какое же это счастье!
- Ну что, сволочи, удачи на экзаменах!
- Я готова делать что угодно, лишь бы не готовиться к экзаменам!
- Я жива! А нет, стоп. Я должна была что-то другое кричать! А вот вспомнила... Я сдала!
- Во время сессии все посторонние вещи вдруг становятся такими увлекательными. Степлер, например...
- Сессия – умираю, но не сдаюся!
- У меня сегодня мама поинтересовалась: "Маша, ты какие-нибудь другие способы подготовки к экзаменам, помимо молитвы, знаешь?"

- Я вижу свет в конце сессии!
- То, что не понял на лекции, поймешь на экзамене.
- Немытая голова, сонность в глазах, путаница в голове, утка моральных устоев. Привет, экзамены!
- До экзаменов либо до хр*на, либо один день.
- Сессия – это когда ты переносишь ярлык Ворда в панель быстрого запуска.
- Если у тебя сессия и предстоят бессонные ночи – сядь в позу лотоса, сделай глубокий вдох и скажи: "Вломмммм"...
- Сессия – почувствуй магию ночи!
- Какой идиот придумал сессию? Покажите мне его, и вы больше никогда не увидите этого человека!
- Ночь без сна и кружка кофе – нет, я не безответно влюблена – просто завтра экзамен.
- Сколько в русском языке есть красивых слов! Пиво, друзья, дискотека, соседка Маша, опять пиво! И есть одно ужасное слово – "сессия"...
- Отвлеки, Боже, препода, чтобы шпор не заметил он. Укажи мне на экзамене легкий билет, чтоб его учил я, остальные нет.
- Верх наслаждения – быть на грани отчисления, и в последний момент все сдать!
- Преподавателей теперь к сессии будет допускать общее собрание студентов.
- Раз в полгода темные силы собираются на шашаб, именуемый сессией. В это время студентам предписывается соблюдать пивной пост и вести праведную жизнь!
- Ну вот, мои одногруппники уже сапоги начищают и учатся портянки завязывать. Как-никак сессия на носу.
- За семестр накопилось столько гранита, что теперь его надо весь сожрать за неделю!
- Скоро сессия настанет, скоро нас с тобой не станет...)
- Пишу: "Сдам ли я экзамен?". А Гугл отвечает: "Арабское гадание". Может еще, на кофейной гуще погадать?

Крылатые фразы

Экзамен для меня – всегда праздник, профессор!
(“Операция Ы, или Другие приключения Шурика”)

Студентам-троечникам я хотел бы сказать – вы тоже можете стать президентами Соединённых Штатов.
(Джордж Буш)

Всё в этом мире меняется, студенты меняются меньше всего.
(Латинская мудрость)

**– Знания у нас дают бесплатно.
– Бесплатно...
– Бесплатно!**

**– И много дают?
– На жизнь хватит.
– Тогда я учусь!**
(“Большая перемена”)

Кто берется за диплом, должен браться за такой диплом, за который ему пристало браться.
(Умберто Эко)

Университет развивает все способности, в том числе и глупость.
(Антон Чехов)

Кто умеет, тот делает. Кто не умеет – учит. Кто не умеет учить – становится деканом.
(Т. Мартин)



Лекция – это процесс, в результате которого записи профессора преобразуются в записи студентов, не проходя через чей-либо мозг.
(Р. К. Ратбун)