

CONSELLS PER * * AFRONTAR UN EXAMEN

1.

Dorm bé

Per a assegurar-te un bon descans, intenta fer alguna cosa d'esport el dia d'abans. Dormir és bo per a la memòria i per al rendiment del cervell. Necessitaràs que vaja més ràpid el dia de l'examen.



Ens desidratem més quan estem estressats. Però has de recordar-te d'anar al bany just abans de l'examen.

2.

Beu més aigua del normal

3.

Marca les paraules clau

Quan lliges la primera vegada una pregunta, marca amb llapis les paraules clau, així podràs visualitzar el que et volen preguntar. Si és necessari, llig la pregunta en veu baixa per a tu.



T'estalviarà temps a l'hora de respondre. Deixa les preguntes que et resulten difícils per al final de l'examen. No perdes temps!

Porta el temari ben estudiat



4.

5.

Repassa l'examen

Encara que acabes molt cansat o cansada, si et queda temps, repassa el que has escrit. Hi haurà errors que no hages vist.



Ànim i molta sort!
Segur que ho faràs molt bé.

