

diseño: imagine.com y NEIL

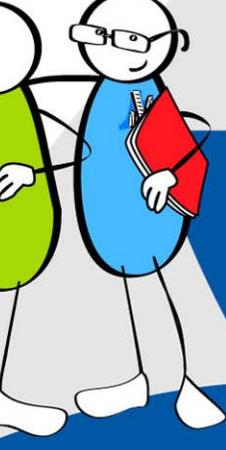


Universidad Politécnica de Cartagena

10 CONSEJOS PARA UN EXAMEN enseñamos futuro

Información
968 325 637 • 968 338 850
sie@upct.es

www.upct.es/see



3º TENER UN LUGAR CÓMODO PARA EL ESTUDIO AYUDA A LA CONCENTRACIÓN.

Bueno me voy a la cafetería a echarle un rato a los apuntes... ¿Qué dices? la cafetería es para jugar a las cartas, y el bocata... ¿pero para estudiar? ¿Entonces tú dónde estudias?

Yo tengo un sitio cómodo, con todo a mano y ordenado. También me gusta abrir la ventana de vez en cuando para airearme un poco... ¡Vaya lujo! pero yo no tengo una suit... Pero puedes estudiar en la biblioteca, o en otro sitio, pero procura que sea un lugar fijo y con silencio.

4º MANTENTE EN FORMA FÍSICA Y PSÍQUICA.

¡UPECETINO! Y, ¡cómo calmo los nervios! Usa el método de las "3B": buen sueño, buena alimentación y buena dosis de ejercicio físico.

¿Y cuando tenga ansiedad? ¿Qué? Pues lo mejor son los ejercicios de respiración profunda, pensar en positivo y reírse mucho.

1º PREPARARSE PARA LOS EXÁMENES UN POCO CADA DÍA TIENE GRANDES VENTAJAS.

Hola UPECETINO. ¿Te viene a echar unas partidas? Ni en broma NOVATÍN, me voy corriendo a clase de Matemáticas. ¿Y eso...? Si no es obligatorio... Es que así me entero bien de la materia, y en casa, sólo repaso y refuerzo lo aprendido. Con eso me ahorro atracciones para los exámenes. ¿pero entonces cuándo la diviertes? Hay tiempo para todo. Sólo es cuestión de PLANIFICARSE, después de clase lo enseño.

2º MANTENER UNA ACTITUD POSITIVA Y RESPONSABLE MEJORA TU RENDIMIENTO.

Hola UPECETINO. Ya tengo la planificación ¿Y ahora qué? ¡Ahora a estudiar con ganas y optimismo NOVATÍN! ¿Y... cómo? Ojeas las lecciones, relaciona conocimientos, sintetiza y claro, memoriza. ¿Qué difícil me lo pones! Nada de eso amigo... sólo se trata de hábitos y de tener confianza en ti mismo.

7º EN EL MOMENTO DEL EXAMEN CÉNTRATE EN EL EXAMEN.

UPECETINO, ¿Y cuando tenga el examen delante? En ese momento sólo tienes la cabeza en el examen... y te ayudará... Escuchar las instrucciones. Ordenar bien las hojas, poner los datos que te pidan... y también... Explorar las preguntas, conocer el tiempo de examen y NO DISTRAERTE.

8º EN EL EXAMEN AJÚSTATE A LAS PREGUNTAS Y AL TIEMPO.

NOVATÍN, ya me quedan pocos consejos UPECETINO, ¡Eres mi mejor tutor! Ok, amigo, pero recuerda que tienes que planificar el tiempo y... Y responder estrictamente a lo que me pregunten, ¿a que sí?

9º CUIDA LA PRESENTACIÓN Y REPASA TU EXAMEN.

UPECETINO, a veces tengo faltas y mi letra es... algo uhh... rara NOVATÍN, es importante lo que escribes, la ortografía, la buena presentación... Claro, así es más fácil de corregir, pero eso me llevará más tiempo Esménte en la presentación, pero deja un tiempo para el repaso Ok, corrección y repaso

10º DURANTE EL EXAMEN, ANTE LA DUDA, CONSULTA AL PROFESOR.

UPECETINO, ¿y si durante el examen tengo dudas? Consulta al profesor o vigilante ¿Cómo? Ellos te ayudarán a evitar errores de interpretación en las preguntas UPECETINO, gracias a tus consejos podré lograr un examen DIEZ NOVATÍN, adelante, ¡consegue tus sueños!