



CÓMO PREPARAR EXÁMENES

¿CÓMO VOY A PREPARAR MI PRÓXIMO EXAMEN?

Cuatro consejos previos:

- ❖ Debes **conocer el tipo de examen** que vas a hacer (prueba objetiva, ejercicio práctico, problemas, etc.) y los criterios y gustos del profesor.
- ❖ **Confía en ti mismo**, en tus conocimientos y capacidades.
- ❖ **Ve al examen descansado** y lo más **relajado** posible, no estudies excesivas horas el día anterior, duerme y come bien.
- ❖ **No intentes repasar en los minutos previos al examen**, en todo caso si fuese necesario consulta los esquemas (para las ideas) o los subrayados (para datos concretos y fórmulas).

¿CÓMO ESTUDIAR UN EXAMEN?

- ✓ **No intentar memorizar** todo de una vez (**el día anterior al examen**), hacerlo en varios días. Cada día se estudian unos temas y se repasan los esquemas de los temas anteriores y el día anterior al examen se reserva únicamente para repasar.
- ✓ El primer día de preparación del examen (varios días antes de la víspera del examen) **distribuiremos los temas, días y horas de estudio**, procurando dejarnos el día antes del examen solo para el repaso.
- ✓ Todos los temas han de estar subrayados y han de tener su **esquema o resumen** así podremos hacer los **repasos de forma rápida y eficaz**.
- ✓ **Revisa los ejercicios hechos en clase**.
- ✓ **Busca alguna idea, concepto, dato no explicado** en clase para ponerlo en tu examen. Consulta la enciclopedia u otro libro si puedes.

LLEGÓ EL EXAMEN, ¿CÓMO HACERLO?

- **Comienza leyendo detenidamente todas las preguntas** para conocer lo que se te pide
- **Distribuye tu tiempo** entre las preguntas a contestar.
- **Empieza por las preguntas que mejor te sepas**.
- Es bueno hacerse un **esquema previo de la respuesta**.
- **Se claro, preciso y metódico** en tu exposición. **No divagues o te extiendas** en exceso, si sobra tiempo puedes volver sobre alguna pregunta para extenderte más.
- Presenta un **examen limpio**, con márgenes, con letra clara, sin tachones, bien distribuido y espaciado, etc.

- Antes de entregar el examen **revisalo**. Procura no dejar tachones. Comprueba que todas tus hojas llevan tu nombre.
- **Si se trata de pruebas orales, recuerda que tu presencia y gestos cuentan**; habla despacio, procura no utilizar frases hechas, expón tus ideas de forma ordenada y lógica (hazte un esquema previo, que tenga una introducción, un desarrollo y una conclusión), realiza una síntesis final de lo que has expuesto, muéstrate seguro y distendido.

EJERCICIO DE REFLEXIÓN

¿La última vez que preparaste un examen utilizaste alguna de estas sugerencias? Marca con una cruz en el lateral del folio aquellas que usaste en la preparación o realización de tu examen.

Subraya de rojo todas las que no seguiste.

¿Serás capaz de utilizarlas la próxima vez? Comprométete en ello. Escribe tu compromiso para tus próximos exámenes aquí.

Establece nuevos compromisos para mejorar tu estudio. ¿Cómo van tus compromisos de trabajo diario?

