

¿CÓMO PREPARAR UN EXAMEN?

Antes de nada, **recordar** que no existen píldoras mágicas para aprobar. Todo requiere un esfuerzo por nuestra parte.

¿Cómo puedes **mejorar** la preparación de los exámenes?

- Trabajar diariamente para asegurarte de que entiendes la materia. Preguntar en clase **cuando** sea necesario.
- Estudiar cada tema: subrayar, hacer **esquemas**, **resúmenes**...siguiendo el **método** adecuado (el que cada uno eligió)
- Cuando un tema queda bien aprendido, no se olvida fácilmente. En el estudio de los siguientes temas tendréis que apoyaos en los anteriores, por lo que os sirve de repaso y consolidación.
- Cuando se aproxime el examen, tenemos que **repasar** para afianzarlos más en la **memoria**.
- Cuando se ha trabajado y se sabe el examen, no debemos preocuparnos.

¿Cómo puedes **mejorar** la realización del examen?

- Perdiendo los nervios ante el examen: "los nervios no sirven, para nada sirven y para todo estorban"
- Procura relajarte. Practica las **técnicas de relajación**.
- No te comas los libros antes del examen inmediatamente antes del examen
- No hables con los compañeros antes de realizarlo, te parecerá que no recuerdas nada y aumentará tu nerviosismo.
- No intentes **comprobar** si recuerdas todos los temas, antes del examen tu mente está en tensión, ya no puedes **reforzar** tu **memoria**, así que concéntrate en lo que vas a hacer.
- Estando en plena forma **física** y mentalmente: Debes dormir bien y **descansar** lo suficiente antes del examen
- No dejes todo para el **último** momento, si lo haces le das **tiempo** a la **memoria** para **asentar** la **información** que recibe, la **memoria** necesita reposo y el **recuerdo** será más fácil si existe orden.

¿Cómo comprender bien las preguntas del examen?

- Dejando los nervios en el pasillo.
- Tomándote tu **tiempo** para leer bien las preguntas. Léelas todas. A veces, puede haber más de una que haga **referencia** al mismo tema, y tendrás que **decidir** el enfoque y el contenido para cada una.
- Si **cuando** las has visto todas, alguna no es muy clara, pregunta al profesor y te las aclarará.
- Antes de **contestar** cada pregunta en particular, léela varias veces, hasta que te asegures de su comprensión. Busca la palabra clave que te indica qué hacer: explica, demuestra, define, calcula, encuentra... . Practica la **lectura comprensiva**
- Después de contestar, lee **nuevamente** la pregunta y la respuesta y valora si ésta responde efectivamente a la primera.

¿Cómo organizar el **tiempo** que dispones durante el examen?

- Es **necesario conocer** el valor de cada cuestión, pues no se le va a **dedicar** el mismo **tiempo** a un tema valorando con tres puntos, que si sólo merece uno.
- Se hace una distribución rápida del tiempo. Debemos dejar **tiempo** para el repaso.
- Se debe **comenzar** por las cuestiones que mayor **valoración** tengan, y por las que mejor se saben. La mejor forma de **contestar** es haciendo, al principio, un **esquema** que nos guíe durante el examen.
- Cuando no hay **tiempo** para responder alguna **cuestión** se deben expresar las ideas básicas, aun que sea de manera superficial. Así demostrarás que efectivamente sabías lo que debías poner.
- Procura ser claro y breve; hacer bien un examen no consiste en escribir mucho, sino **contestar** con precisión a lo que se te pregunta.

¿Cómo revisar y **corregir** el examen?

Antes de **entregar** el examen, debes revisar:

- El contenido: asegúrate de que has contestado todas las preguntas, que las respuestas estén completas, que no haya errores de contenido y de que no recordamos nada nuevo.
- La forma: la presentación (que esté sin borrones, ni tachaduras), la letra clara y legible, las líneas rectas. Procura dejar un espacio en blanco, por sí al **repasar** surgen ideas nuevas. Corrige las faltas de **ortografía** y los posibles errores de estilo.