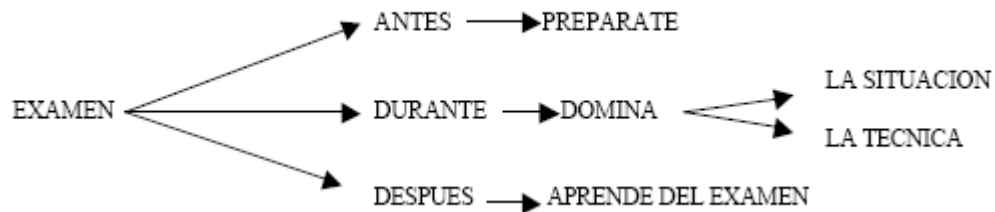


CONSEJOS PARA PREPARAR EXÁMENES.

ESTRATEGIA GENERAL ANTE LOS EXÁMENES



PREPARACIÓN DE EXÁMENES

A la hora de preparar un examen es preciso tener en cuenta los siguientes aspectos:

Antes del examen

- Planifica la preparación del examen con suficiente antelación.
- Antes de proceder a la memorización final, con miras al examen, has de trabajar los temas a través de las técnicas de la lectura, subrayado, esquematización y resumen. Los temas previamente subrayados y esquematizados a lo largo del curso, con un pequeño esfuerzo final, fácilmente los asimilarás y memorizarás. Memoriza una vez que has comprendido.
- Diseña un plan de repaso para vencer la tendencia natural de la curva del olvido y tener los datos frescos y asimilados para el día del examen.
- En la preparación del examen es muy útil que uses la técnica del esquema. Éste tiene la enorme ventaja de que ofrece los datos de una forma visual y permite fotografiar la estructura del tema detectando las ideas principales, los nexos de unión entre ellas y de subdivisión con respecto a las ideas secundarias que de ellas dependen.
- Asimismo es muy recomendable que utilices alguna vez la técnica del resumen. Frente a las técnicas del subrayado, del esquema y de los gráficos, que son eminentemente visuales, el resumen presenta el inconveniente de que es una técnica diseñada para la memoria auditiva. Pero también es cierto que goza de alguna ventaja sobre las anteriores: te acostumbra a redactar el tema, sin olvidar ninguna idea importante, y a relacionar las ideas entre sí, estableciendo los nexos de dependencia y subordinación. En el resumen los datos no se apuntan, como en el esquema, sino que se desarrollan y se relacionan unos con otros.
- La realización de simulacros de examen es una de las técnicas más recomendables para luego poder enfrentarse con éxito a los mismos. Beneficios:
 - El alumno se habitúa al empleo de la técnica adecuada para cada examen concreto.
 - Se ajusta el tiempo de la respuesta al tiempo real del examen.
 - Se pueden comprobar los propios errores, lo cual servirá para procurar en el futuro no reincidir en los mismos.
 - Al haberse habituado al tipo de examen, cuando haya que enfrentarse al mismo, la ansiedad será menor.

- Presta atención a las explicaciones dadas en clase por el profesor. Éste suele hacer énfasis en los temas realmente importantes y que tienen alta probabilidad de que sean seleccionados para el examen.
- Procura conocer al profesor que te ha de examinar. Los profesores suelen tener tendencia a repetir las mismas o similares preguntas, un año tras otro, o en años alternos.
- La noche anterior al examen, hay que hacer memoria de todos los útiles y utensilios que se necesitarán en el examen y reunirlos para que a la mañana siguiente, con las prisas y el nerviosismo, no se olvide ninguno: bolígrafos, regla, calculadora, gomas..
- Mantén una actitud positiva (¡Puedes hacerlo bien!).
- Intenta estar relajado en los días anteriores, especialmente el día inmediatamente anterior.

Durante el examen

- Lee detenidamente todas las preguntas detectando las palabras clave.
- Tienes que hacer una distribución del tiempo adecuada a las características de cada pregunta.
- Conviene comenzar por aquellas preguntas que sabes muy bien.
- Antes de empezar con una pregunta prepara un guión de la misma o piensa en los aspectos que vas a desarrollar y el orden.
- Es importante responder a lo que el profesor te está preguntando. Para ello, debes leer bien la pregunta.
- Si estás tan nervioso/a que te encuentras bloqueado relájate, piensa que lo vas a poder hacer y cuando estés menos nervioso comienza por lo más fácil.
- Es muy importante que cuides la presentación del examen y que contestes a todas las preguntas.

Después del examen

- ♦ Revisa el examen una vez que te lo devuelvan corregido.
- ♦ Procura conocerte a través de tus exámenes. La mayoría de los profesores entregan los exámenes comentados y hacen especial hincapié en los fallos cometidos. Es importante que observes en qué aspectos has cometido algún error, con el fin de ir puliendo la preparación de los exámenes para que en el futuro estos fallos no se produzcan.
- ♦ Si tu profesor no lo corrige en clase debes hacerlo tú en casa.
- ♦ Intenta superar tus dificultades antes del próximo examen.

TEST DE TRES MINUTOS

1. Lea muy bien todo antes de hacer nada.
2. Ponga su nombre en la esquina derecha del papel
3. Subraye la palabra nombre.
4. Dibuje cinco cuadrados pequeños en la esquina izquierda de arriba.
5. Ponga una “x” en cada cuadrado de los que ha dibujado.
6. Dibuje un círculo alrededor de cada cuadrado.
7. Firme debajo del título de esta página.
8. Después del título escriba “si, si, si”.
9. Dibuje un círculo alrededor de la frase número siete.
10. Ponga una “x” en la parte inferior izquierda de esta página.
11. Ponga un triángulo alrededor de la “x” que acaba de dibujar.
12. Por la parte de atrás de esta página multiplique 70x70.
13. Dibuje un círculo alrededor de la palabra “papel” de la pregunta número dos.
14. Diga en voz alta su nombre al llegar a este punto del test.
15. Si cree que ha seguido correctamente las instrucciones grite “lo he hecho”.
16. En la parte de atrás de este papel sume $107+278$.
17. Dibuje un círculo alrededor de la respuesta de la pregunta anterior.
18. Cuente en voz alta de 1 a 10 hacia atrás.
19. Haga tres agujeros en su papel con la punta del lápiz o bolígrafo puesta aquí.
20. Si es la primera persona que llega a este punto grite “soy el primero en seguir las instrucciones”.
21. Subraye todos los números pares a la izquierda de esta página.
22. Ahora que ha terminado de leer cuidadosamente, responda sólo a las preguntas uno y dos.