



PREPARACIÓN DE EXÁMENES

EMPIEZA POR

1. Tener claro: CUÁNDO es el examen
QUÉ ENTRA en el examen
DE QUÉ TIPO va a ser el examen
2. Planifica de forma realista:
FECHA + CALENDARIO + HORARIO DE ESTUDIO



EL DÍA ANTES

- Prepara el material necesario
- Sólo repasa
- Relájate
- Duerme lo suficiente



DURANTE

he estudiado
y lo voy a
hacer bien

- Date auto-instrucciones positivas
- Lee todas las preguntas y empieza por la que mejor te sepas
- Reparte el tiempo disponible
- Lee bien cada enunciado hasta tener claro QUÉ te preguntan exactamente. Y si tienes dudas, PREGUNTA



DESPUÉS

Además de ver tu nota, fíjate en los fallos y para no repetirlos, piensa:

- ¿POR QUÉ los he cometido?
- ¿QUÉ CAMBIO DE ESTRATEGIA necesito hacer para solucionarlo?

