

5 Τρόποι με τους οποίους μπορείς να προετοιμαστείς για τις εξετάσεις

Αξιοποίησε τις δυνατότητες σου

Ποια είναι η κατάλληλη ώρα για εσένα να διαβάσεις; Είσαι πιο παραγωγικός/ η τις πρωινές ώρες ή το απόγευμα; Διευθέτησε το πρόγραμμά σου ανάλογα με τις προσωπικές σου δυνατότητες.

Πριν να ξεκινήσεις το διάβασμα, οργάνωσε το χώρο μελέτης σου και χαλάρωσε

Όταν προετοιμάζεσαι για τις εξετάσεις, χρειάζεται να νιώθεις άνετα και να αγνοείς οποιουδήποτε περισπασμούς μπορεί να εμφανιστούν με σκοπό να συγκεντρωθείς στη μελέτη σου. Εκτός αυτού, χρειάζεται να μαζέψεις όλα τα χρειαζούμενα αντικείμενα για τη μελέτη σου πριν ξεκινήσεις να προετοιμάζεσαι για αυτή. Διασφάλισε ότι όλα τα αντικείμενα είναι οργανωμένα και ότι διαθέτεις αρκετό χώρο στο γραφείο σου για τα βιβλία και τις σημειώσεις σου.

Ξεκίνησε την προετοιμασία από νωρίς

- ✓ Εάν ξεκινήσεις να προετοιμάζεσαι έγκαιρα για τις εξετάσεις σου, θα έχεις άπλετο χρόνο να κάνεις μια επανάληψη των πληροφοριών που έχεις διαβάσει.
- ✓ Μπορείς ταυτόχρονα να δημιουργήσεις ένα πρόγραμμα για διαχείριση του χρόνου σου.
- ✓ Διαβεβαιώσου ότι τα έχεις μελετήσει όλες τις διαλέξεις πριν την ημέρα της εξέτασης και μην αφήσεις κάτι για μελέτη την τελευταία στιγμή.

Ολοκλήρωνε συχνά διαλείμματα

Κατά τη διάρκεια της μελέτης χρειάζεται να κάνεις συχνά διαλείμματα ούτως ώστε να βοηθήσεις το μυαλό σου να επαναφερθεί και να συγκεντρωθεί. Το να διαβάζεις αρκετές ώρες δεν αποτελεί την καλύτερη τεχνική εφόσον η μακροπρόθεσμη ανάκληση της γνώσης είναι σχεδόν αδύνατη. Το πιο σημαντικό κομμάτι της μελέτης αποτελεί η ανάπτυξη μιας ρουτίνας που βασίζεται στο δικό σου προσωπικό στυλ μελέτης.

Μοιράσου τις πληροφορίες που διαβάζεις

Όταν εξηγείς τις απαντήσεις μιας ερώτησης σε κάποιο τρίτο άτομο, μπορείς να βοηθηθείς καλύτερα στην απομνημόνευση της και έτσι να κατανοήσεις πιο εύκολα τι μαθαίνεις.