

PÅ EKSAMENS DAGEN

» En god nats søvn op til eksamensdagen gør underværker. Du præsterer bedst, når du er frisk og udhvilet.

» Sørg for at spise og drikke, så du ikke kører på tom mave. Hold dig til vand frem for sukkerholdige drikke, der nemt kan få blod-sukkeret til at svinge op og ned.

» Mød op senest 30 minutter inden din eksamen begynder - og ikke tidligere end det, hvis du ved, at du nemt bliver "smittet" af andre elevers nervøsitet. Nogle elever får desværre pisket en stemning op, som ikke er hensigtsmæssig for nogen parter.

» Slut din forberedelse af med at planlægge, hvordan du vil fremlægge stoffet. Begynd eksaminationen med at fortælle, i hvilken rækkefølge, du vil gennemgå stoffet. På den måde taler du dig varm, tager initiativ og kommer godt igang.

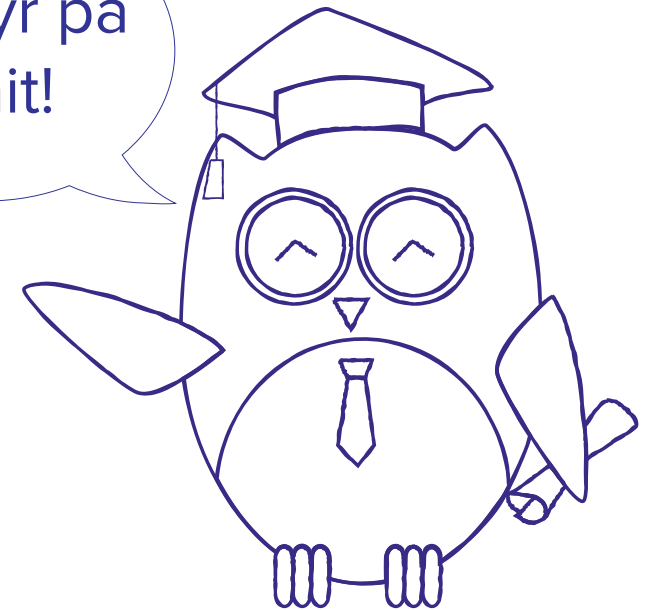
» Spørg, hvis du ikke forstår spørgsmål fra din lærer eller censor under eksaminationen. Det kan være, de formulerer spørgsmålet på en ny måde, du bedre kan tage fat på.

- god arbejdslyst!

EKSAMEN



Få styr på
dit shit!



**VESTJYSK
GYMNASIUM
TARM**

INDEN LÆSEFERIEN

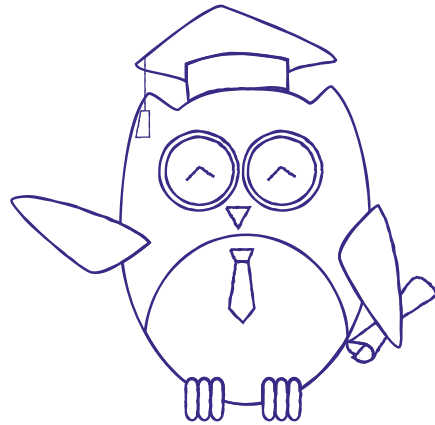
» Gennemgå dit materiale og vær sikker på, at du har alt, hvad du skal bruge - teksterne, bøgerne, filmene, arkene, noterne mm. Mangler du noget, så spørg din lærer eller dine klassekammerater.

» Har du styr på formen, kan du bedre koncentrere dig om indholdet. Derfor er det en god idé at danne dig et overblik over, hvordan den enkelte eksamen kommer til at foregå, så du ved, hvad du skal forberede dig til.

Hvad skal der ske i det enkelte fag, eksaminationen, forberedelsen, voteringen, og hvad skal du vise? Er du i tvivl, så spørg din lærer.

» Det er en stor fordel at have en læsemakker eller en læsegruppe, hvor I forpligter hinanden til at læse op på tingene. I kan også diskutere materialet sammen og hjælpe hinanden med forståelsen. Hvis du kan forklare stoffet for andre, er du sikker på, at du selv kan dine ting.

» Forbered teknikken - opdater din pc, download de offline ord-bøger, du må bruge, og sæt din pc op til automatisk at gemme dit arbejde, så du mister mindst muligt i tilfælde af, at maskinen bryder ned under eksamen. Se IT-huskelisten på www.vgt.dk/eksamen.



I LÆSEFERIEN

» Dan dig et overblik over din læseferie. Lav en struktureret og realistisk læseplan, hvor du opdeler dit pensum på de dage, du har til rådighed inden eksamen. Udfyld eventuelt en overordnet eksamensplan samt ugeplaner, for hvornår du skal læse hvad. På den måde sikrer du, at du når gennem hele pensum og ikke kun dele af det. Du finder et eksempel på en eksamensplan og en ugeplan på www.vgt.dk/eksamen.

» Organiser dine noter, så de er nemme at finde rundt i til eksamen.

» Arbejd noget af tiden sammen med din læsegruppe/læsemakker.

» Spis sundt og læg en motionspause ind i dagens program.

» Husk at en god nats søvn er hovedrengøring for hjernen, så du er klar til en ny dag med næsen i bøgerne!

» Der skal også være tid til at holde fri. Giv dig selv en mental belønning, når du er færdig med dagens arbejde. Se fx et afsnit (ikke en sæson!) af din yndlingsserie. Du kan også lægge små belønninger ind i løbet af dagen, så du får en kort pause. Fx - Når jeg har læst næste kapitel, må jeg tømme postkassen/gå på Facebook/lave kaffe osv.

» Læs, læs, læs - den bedste måde at få styr på din nervøsitet er ved at være godt forberedt.

» Er der noget af stoffet, du synes er svært, kan det være en god hjælp at skrive det ned med dine egne ord.

» Tjek - og tjek igen - tid og sted for eksamen, så du undgår unødvendig forvirring på dagen, der flytter dit fokus fra det faglige.