14 συμβουλές για τις Πανελλαδικές Εξετάσεις

Λίγες μέρες απέμειναν πριν από την έναρξη των εξετάσεων και όπως είναι φυσικό το άγχος των υποψηφίων έχει φτάσει στα ύψη. Και αυτό είναι καταστροφικό. Γι΄ αυτό παιδιά ηρεμήστε και ακολουθήστε μερικές συμβουλές που θα σας φανούν εξαιρετικά χρήσιμες.

Έχουμε και λέμε:

1 Ό,τι μάθατε μάθατε. Τώρα κάντε επαναλήψεις σε ό,τι έχετε ήδη διαβάσει και μην αναλωθείτε στη μελέτη νέων θεμάτων ή την επίλυση εξαιρετικά πολύπλοκων ασκήσεων. Επίσης μεγάλο λάθος είναι να ψάχνετε SOS θέματα γιατί απλά δεν... υπάρχουν.

2 Όλα τα θέματα της εξεταστέας ύλης είναι και πιθανά θέματα στις εξετάσεις. Πολλές φορές μάλιστα έχει παρατηρηθεί η Επιτροπή των Εξετάσεων να «βάλει» θέματα που είχαν ζητηθεί και την προηγούμενη χρονιά, ή γενικά προηγούμενα χρόνια φυσικά διατυπωμένα με διαφορετικό τρόπο και με άλλα ζητούμενα .

3 Τις μέρες που απομένουν μέχρι τις εξετάσεις καλό θα ήταν να μην επιδίδεστε σε εξαντλητικό διάβασμα και σε ξενύχτια συνοδεία άπειρων καφέδων. Καλό θα ήταν να διαβάζετε με πρόγραμμα και να αφιερώνετε χρόνο για ξεκούραση και μικρές βόλτες με φίλους. Την ημέρα της εξέτασης, οι υποψήφιοι δεν πρέπει να ασχολούνται καθόλου με το διάβασμα αλλά ν΄ αφήσουν το μυαλό τους να ξεκουραστεί ώστε να μπορέσουν ν΄ αποδώσουν την ώρα της... κρίσης. Ο καλός ύπνος πριν από την κάθε γραπτή εξέταση μεγιστοποιεί την απόδοση του εγκεφάλου στη νοητική διεργασία που απαιτεί η αξιολόγηση.

4 Προσοχή ιδιαίτερη απαιτείται τον χρόνο αναμονής των θεμάτων, οπότε και η αγωνία των υποψηφίων κορυφώνεται. Συνήθης αντίδραση των υποψηφίων κατά τη διάρκεια αναμονής των θεμάτων είναι η προσπάθεια και η αδυναμία ανάκλησης τυχαίων σημείων της ύλης. Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει αυτό να επηρεάσει την ψυχολογία τους, αφενός διότι είναι φυσιολογική αντίδραση και αφετέρου διότι κατά τη γραπτή αξιολόγηση ο εγκέφαλος λειτουργεί αφαιρετικά, συνεπώς όταν έρθουν τα θέματα και ο υποψήφιος καταπιαστεί με ένα ένα από αυτά χωριστά, η ανάκληση μνήμης θα είναι πολύ εύκολη.

Τι κάνουμε όταν δοθούν τα θέματα

5 Μόλις έρθουν τα θέματα, ο υποψήφιος πρέπει να συγκεντρωθεί σε αυτά και να μην επιτρέψει σε τίποτε να αποσπάσει την προσοχή του, να διαβάσει μία φορά προσεκτικά όλα τα ζητήματα, ενώ ταυτόχρονα θα κρατά κάποιες πρόχειρες σημειώσεις, στις οποίες θα ανατρέξει αργότερα. Αμέσως μετά, προτείνεται ο υποψήφιος να επεξεργαστεί τα θέματα που γνωρίζει πολύ καλά και με κλιμάκωση να ασχοληθεί στο τέλος με όποιο θέμα φαίνεται δύσκολο ή δυσνόητο.

6 Δεδομένου ότι στα περισσότερα μαθήματα οι υποψήφιοι εξετάζονται σε τέσσερα θέματα, ο μέσος χρόνος που πρέπει να αφιερώσουν σε κάθε θέμα είναι περίπου 45 λεπτά της ώρας. Όμως, κάποια από τα θέματα θα φανούν στους προετοιμασμένους υποψηφίους πολύ απλά, συνεπώς ο χρόνος που θα απομείνει για τα απαιτητικά θέματα είναι αρκετός.

7 Σε κάθε περίπτωση, ο χρυσός κανόνας είναι να μην επιμείνει ο υποψήφιος για μεγάλο χρονικό διάστημα σε κάποιο θέμα που φαίνεται ότι δεν μπορεί άμεσα να επιλύσει, γιατί αυτό θα επιφέρει δύο αρνητικά: πρώτον, θα μειωθεί ο χρόνος που θα απομείνει για να αφιερώσει στα άλλα θέματα και, δεύτερον, η εμμονή στο ίδιο θέμα κατά κανόνα μειώνει τις πιθανότητες για την επίλυσή του. Συνεπώς, εάν ο υποψήφιος «κολλήσει» σε κάποιο θέμα, το αφήνει για λίγο, ασχολείται με τα υπόλοιπα και επανέρχεται σε αυτό αργότερα.

Αιτιολόγηση

8 Τίποτε δεν θεωρείται αυτονόητο στις Πανελλαδικές και ό,τι ζητείται στις εκφωνήσεις πρέπει να αιτιολογηθεί επακριβώς. Συχνά, άλλωστε, στα θέματα εμπεριέχεται η έκφραση «να εξηγήσετε» ή «να περιγράψετε». Με αυτόν τον τρόπο ζητείται από τους υποψηφίους η πλήρης ανάλυση ενός φαινομένου, μίας έννοιας κ.λπ.

9 Πλεονασμοί, υπερβολικές αναλύσεις ή άσχετες πληροφορίες πρέπει να αποφεύγονται, διότι ενέχουν τον κίνδυνο για βαθμολογική ποινή, εάν εμπεριέχουν λάθη ή θεωρηθούν ως αποτέλεσμα της ακρισίας του υποψηφίου.

10 Οι εκφωνήσεις των θεμάτων των Πανελλαδικών είναι κατά κανόνα σαφείς και συνεπώς δεν είναι δύσκολο οι υποψήφιοι, αφού διαβάσουν προσεκτικά τις εκφωνήσεις, να κατανοήσουν την ακριβή έκταση των απαντήσεών τους.

11 Μετά το τέλος των απαντήσεών τους και δεδομένου ότι υπάρχει χρόνος στη διάθεσή τους, είναι σημαντικό οι υποψήφιοι να επανεξετάσουν όσα έγραψαν προκειμένου να διορθώσουν κάποια λεπτά σημεία, όπως εκφράσεις ή αριθμητικές πράξεις, λάθη και αστοχίες.

Πώ ς απαντάμε στις ερωτήσεις

12 Κατά την απάντηση ενός θέματος, πρέπει με προσοχή να σημειώνονται σωστά οι αριθμοί των ερωτημάτων του, κυρίως όταν αυτά δεν απαντώνται με τη σειρά που δίνονται στις εκφωνήσεις.

13 Η σαφής διάκριση των ερωτημάτων και υποερωτημάτων είναι πολύ σημαντική και συμβαίνει συχνά οι υποψήφιοι να χάνουν πολύτιμες μονάδες από θέματα που απάντησαν μεν, αλλά με λάθος αρίθμηση ή με ακαταστασία στο γραπτό τους. Άλλωστε, οι υποψήφιοι πρέπει να έχουν διαρκώς στο μυαλό τους ότι η άρτια αρχιτεκτονική του γραπτού (τάξη, αισθητική, ευανάγνωστες απαντήσεις) υποσυνείδητα προϊδεάζει θετικά τον βαθμολογητή.

14 Τα ερωτήματα πρέπει να απαντώνται με σαφήνεια και πληρότητα. Πολλοί διαβασμένοι μαθητές συμβαίνει να χάνουν μονάδες, διότι σε κάποιο θέμα θεώρησαν ότι μέρος μίας απάντησης ή αιτιολόγησης είναι αυτονόητη.

Καλή επιτυχία!!!

Συντάκτης: Μουρατίδη Δήμητρα