

Egzamin klas ósmych

Egzamin ósmoklasisty to znaczące wydarzenie w życiu ucznia, a w tym roku szkolnym 2019/2020 będzie to doświadczenie szczególne z uwagi na wyjątkowość sytuacji związanej z pandemią koronawirusa. Miejmy nadzieję, że egzamin odbędzie się zgodnie z ustalonym wcześniej harmonogramem, w dniach 21-23 kwietnia br.

Wierzę, że każdy z uczniów klas: 8a, 8b, 8c pod kierunkiem nauczycieli przygotowując się do tego wyzwania da z siebie wszystko, a wyniki otrzymane z komisji egzaminacyjnej i oceny na świadectwie pozwolą pozytywnie przejść rekrutację do wymarzonej szkoły.

Nie ma cudownej recepty na efektywną naukę, która odpowiadałaby wszystkim. Każdy uczeń ma swój własny styl i nawyki. Są jednak ogólne, sprawdzone sposoby, które pomagają w zrozumieniu i szybkim przyswajaniu materiału.

Jak przygotować się do ważnego egzaminu?

1. Zadbaj w sposób szczególny o własny organizm

Jeśli nie dostarczysz do organizmu odpowiedniej ilości wody, krok po kroku odbierzesz sobie po kawałeczku z wydajności i produktywności. Brak wody to brak tlenu – gorzej działa układ krwionośny, mniej wartości odżywczych trafia do mózgu i w rezultacie nie ma mowy o szczytach sprawności umysłowej.

Pamiętaj, o tym, że ucząc się musisz koniecznie wietrzyć pokój. Nie rezygnuj ze spacerów i odpowiedniej ilości snu.

Ponadto spróbuj zapanować nad stresem. Czasami wystarczy zamknąć oczy, co zmniejszy zdecydowanie ilość i zarazem poziom stresu, a następnie policz od 10 do 1. Pod koniec odliczania powinieneś być już zdecydowanie spokojniejszy.

2. Ucz się tak, żeby pamiętać

Systematyczna nauka jest najefektywniejszym sposobem pozyskiwania wiedzy. Powinna przebiegać zgodnie z ustalonym planem, sprecyzowanymi dyrektywami dotyczącymi konkretnych przedmiotów i sposobu ich powtarzania, z wykorzystaniem testów, jako narzędzi służących pozyskiwaniu, powtarzaniu, porządkowaniu wiadomości. Powtórki najlepiej zacząć od najtrudniejszych działów. Podczas pisania egzaminu łatwe rzeczy przypomnisz sobie bez problemu, z tymi trudniejszymi może być już gorzej.

Pisanie wypracowań i rozwiązywanie zadań jest niezastąpione. Na początek należy przypomnieć sobie treść obowiązkowych lektur, a później zabrać się za trening z pisania wypracowań, ponieważ z tym trzeba będzie się zmierzyć na egzaminie. Podejmowanie stałych prób tworzenia własnego tekstu pozwoli nabyć odpowiednie nawyki, które potem w czasie stresu egzaminacyjnego ułatwią stworzenie konstrukcji tekstu, a egzaminowany skupi się na w głównej mierze na treści merytorycznej. Ważne jest również rozwiązywanie jak największej ilości zadań z matematyki, bo to najskuteczniej ćwiczy własne umiejętności.

Szybciej zapamiętasz to, co usłyszysz. Czytaj na głos, dzięki czemu zdecydowanie więcej zrozumiesz i utrwalisz.

Skojarzenia, grupowanie, mapa myśli to bardzo dobre techniki na szybsze i lepsze zapamiętywanie. W szczególności ten ostatni sposób zyskał ostatnio na popularności. Jest to kreatywna technika robienia notatek, która polega na przedstawieniu informacji w sposób graficzny. Wyraźnie na niej widać, co jest bardzo ważne, a co mniej istotne. Kluczowe informacje

znajdują się w centrum, a te dodatkowe są umieszczone dalej od środka i można cały czas dopisywać kolejne. Sprawdź i przekonaj się, że to działa.

Dzielenie materiału na mniejsze części, robienie przerw zwiększa szansę zapamiętywania. Wypisanie i wyeksponowanie najważniejszych dat, słówek, pojęć, wzorów również sprzyja skutecznemu utrwalaniu. Zdecydowanie szybciej i łatwiej będziesz się uczył, jeżeli zróżnicujesz przerabiany materiał (raz język polski, raz matematyka, później angielski itd.), jak i metody (dziś fiszki, to jutro mapa myśli czy gra matematyczna). Ucz się od ogółu do szczegółu. Ucz się podstaw, jeśli je opanujesz, dodawaj szczegóły.

Na bieżąco również powinieneś wywiązywać się ze zleconych przez nauczycieli zadań.

3. Zatrósz się o swoje otoczenie

Potrzebujesz spokoju, skupienia i zrozumienia. Wyeliminuj bodźce rozpraszające. Ogranicz obowiązki. Zrób sobie przyjemność. Kiedy dostarczysz umysłowi hormonów szczęścia, będzie lepiej przyswajał, a Ty będziesz się lepiej czuł. Nie miej wyrzutów sumienia, że dzień przez egzaminem odpoczywasz. Musisz czuć się wypoczęty, aby następnego dnia i przez dwa kolejne intensywnie pracować.

4. Na egzaminie nie panikuj

Uczyłeś się, więc sobie z biegiem czasu wszystko przypominisz. Będzie dobrze. Weź kilka głębokich oddechów i zabierz się ze spokojem do pracy.

4.1. Uważnie przeczytaj polecenia, nie komentuj ich. Najlepiej dwa razy, żeby uniknąć ewentualnych pułapek.

4.2. Próbuj odpowiadać na wszystkie pytania zamknięte, jeśli nie znasz odpowiedzi - wybieraj tę, która wydaje ci się najbardziej prawdopodobna.

4.3. Najpierw odpowiadaj na pytania, które wydają ci się proste, potem przejdź do trudniejszych, gdyż mogą zabrać ci więcej czasu.

4.4. Na pytania otwarte odpowiadaj zwięźle, formułuj swoje myśli sensownie i logicznie.

4.5. Uważnie zaplanuj treść wypowiedzi pisemnej.

4.6. Sprawdź związek treści z tematem i ortografię.

4.7. Sprawdź, czy zaznaczyłeś wszystko na karcie odpowiedzi.

5. Każdego dnia mobilizuj się na nowo

Bądź przekonany, że dasz radę tu i teraz. Powodzenia.