

Cómo Triunfar en Los Exámenes



Empezaste a estudiar para tu gran examen la noche anterior. Así que estuviste la noche entera estudiando. Te levantaste tarde—y como ha de esperarse—por poco el bus te deja. Cuando por fin llegaste a clase estabas tan nervioso que no estabas seguro si podías recordar cómo escribir tu nombre.

Escribiste tu nombre correctamente ... pero no estás seguro si respondiste a las demás preguntas correctamente. Tomaste tanto tiempo contestando las preguntas cierto y falso que casi no tuviste tiempo para contestar la pregunta de ensayo—y ésta contaba para 25 por ciento de tu nota.

¿Te parece familiar todo esto? Puedes que conozcas la mayoría del material que la maestra presenta en clase. Pero es posible que tu calificación no refleje lo que has aprendido. Sigue leyendo para aprender las destrezas que te ayudarán a salir mejor en los exámenes.

Cosas que hacer antes del día del examen:

- **No trates de aprender todo de una vez.** Cuando dejas todo hasta la noche antes del examen, estás preparándote para el fracaso. (Y además llegarás al examen cansado por falta de dormir.) Repasa el material en secciones cortas. Sentirás menos presión—y recordarás más.



- **Estudia con un amigo.** Trata de repasar para el examen con uno o más amigos. Háganse preguntas y compartan ideas sobre lo que ustedes piensan que la maestra vaya a preguntar. Una nota de caución—tienes que verdaderamente *estudiar*, no socializar.

- **Haz fichas para estudiar.** Las fichas son una estupenda manera de repasar todo desde palabras de vocabulario hasta hechos matemáticos. Llévalas contigo para repasos cortos. Una vez que hayas aprendido una ficha, sácala del montón para que puedas concentrarte en las fichas que faltan. (Sin embargo, guarda todas las fichas y úsalas para repasar de vez en cuando.)

- **Haz un examen de practica.** A la vez que estudies, trata de pensar en preguntas que *tú* harías. ¡Tal vez así podrás descubrir lo que esté en el examen!

- **Haz una hoja de estudio.** En muchos temas, hay algunos puntos claves que necesitas recordar para un examen—fórmulas en matemáticas o ciencias, datos de historia, verbos irregulares en idiomas extranjeros. Anótalos en una hoja de papel y míralos antes de entrar en la sala de clases. Tal vez la maestra te permita escribir algunos de estos datos en la prueba tan pronto la tengas en las manos.

- **Vístete para el éxito.** No tienes que ponerte tu vestido más lujoso. Pero lo que te pongas puede afectar tu ejecución en un examen. A veces, en las salas para exámenes hace demasiado calor o demasiado de frío. Vestirse en capas es una buena idea. Asegúrate de usar ropa cómoda—el día del examen *no* es el día para usar esos jeans que son un poquito muy ajustados.



- **Desayuna.** Aún si usualmente no desayunas, come algo el día del examen. Un pedazo de fruta o pan le dará energía a tu cuerpo y tu cerebro.

- **Lleva lo que necesites contigo.** No esperes hasta la mañana del examen para ver si puedes encontrar un lápiz Número 2—esto es una manera segura de crear ansiedad y posiblemente te hará tarde para el examen. Prepara todo la noche antes del examen. Seguido ve a cama y duerme bien.

Cómo Triunfar en Los Exámenes



1. Echa un vistazo al examen. No quieres voltear a la última página cuando queden sólo cinco minutos en clase para descubrir que tienes dos preguntas de ensayo para contestar. Saber lo que estás enfrentado te ayudará a planificar el tiempo para el examen.

2. Lee cuidadosamente las instrucciones. Si la pregunta dice, “Muestra todo tu trabajo,” asegúrate de que muestres todo tu trabajo. Subraya las instrucciones importantes para que no las pases por alto. Si no estás seguro que entiendes claramente las instrucciones, pregunta.

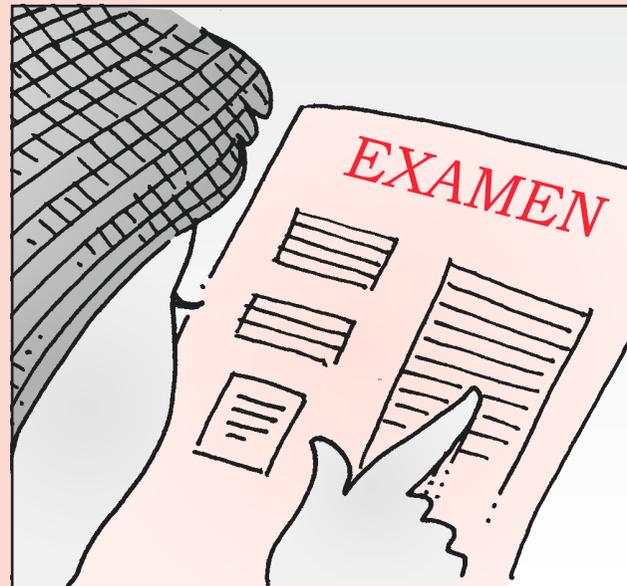
3. No tengas miedo de saltar preguntas. Hay que aceptarlo—a veces te enfrentas a una pregunta que puede haber sido escrito en marciano. No tengas pánico—es sólo una pregunta. Sáltala y sigue adelante. Vuelve a la pregunta si tienes tiempo.

Cuando estés en la sala de exámenes:

4. Busca “palabras claves.” En un examen de respuestas múltiples o cierto y falso, algunas palabras usualmente indican si una respuesta es incorrecta. Palabras como *siempre*, *nunca*, *todo* y *todas las personas* usualmente indican que puedes eliminar esa respuesta.

5. Asegúrate de que estés llenando las respuestas que corresponden a las preguntas si estás usando una hoja de respuestas individual. De vez en cuando, asegúrate de que la respuesta a la pregunta 42 está en el espacio 42.

6. Verifica tu trabajo. A menudo, es un descuido (sumar en vez de multiplicar, por ejemplo) que conduce a una respuesta incorrecta.



Los exámenes son parte de la vida

Los exámenes no sólo se presentan en la escuela. ¿Quieres una licencia de conducir? Tienes que tomar un examen. ¿Quieres ir a la universidad o entrar en las fuerzas armadas? Tendrás que pasar un examen. Muchos trabajos, desde bomberos hasta abogados, requieren que pases un examen antes de que te contraten.

A pesar de que los exámenes son parte de la vida, éstos no son todo. Los maestros también incluyen tu actitud, tu asistencia y tu trabajo en clase en las calificaciones. Así que no pases el tiempo preocupándote por un sólo examen en el que no saliste bien—sólo asegúrate de que estés preparado para el próximo. Después de todo, sea tu examen final o el examen para tu licencia de conducir, aprender a salir mejor en exámenes es una destreza que usarás por mucho tiempo.

¡Buena suerte!