

# Consejos para rendir mejor en las evaluaciones



## Ven preparado; llega temprano

- ✓ Asegúrate de tener a la mano todos los materiales que necesitarás. Incluye papel en blanco para hacer apuntes.
- ✓ Permanece relajado y confiado, recuerda que hemos venido preparándonos y haciendo muchas actividades para aprender el material.
- ✓ Si te sientes ansioso antes o durante un examen, realiza varias respiraciones lentas y profundas para relajarte.



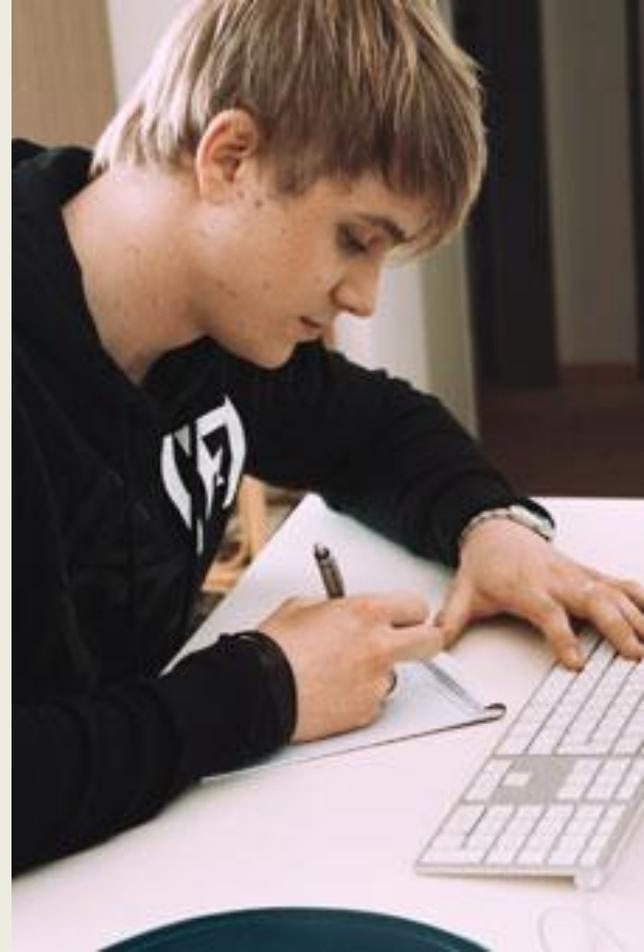
## Siéntate cómodo pero alerta

- ✓ Escoge un buen sitio para realizar el examen.
- ✓ Asegúrate de tener suficiente espacio para trabajar.
- ✓ Mantén una postura erguida en tu asiento.



## Si el examen no tiene tiempo limitado

- ✓ Utiliza un 10% de tu tiempo de lectura leyendo todo el documento cuidadosamente.
- ✓ Marca los términos clave y decide cómo administrar tu tiempo.
- ✓ A medida que lees las preguntas, escribe breves apuntes indicando ideas que podrás utilizar más tarde en tus respuestas.



# Referencias

[http://api.ning.com/files/UytU4r62uFPZC\\*vA\\*eaSwqGpQZ4sI0-SZmzJiUMklhbEVkcgZXQ2cnv7rN3NeXdk9vVYsx5M4u2PjuAZe7Uk0pSLo324iX0m/\\_MG\\_6927.jpg?width=737&height=491](http://api.ning.com/files/UytU4r62uFPZC*vA*eaSwqGpQZ4sI0-SZmzJiUMklhbEVkcgZXQ2cnv7rN3NeXdk9vVYsx5M4u2PjuAZe7Uk0pSLo324iX0m/_MG_6927.jpg?width=737&height=491)

[http://images.et.eltiempo.digital/Multimedia/especiales/esp\\_comerciales/especialsimuladoricfes2/IMAGEN/IMAGEN-12148781-2.jpg](http://images.et.eltiempo.digital/Multimedia/especiales/esp_comerciales/especialsimuladoricfes2/IMAGEN/IMAGEN-12148781-2.jpg)

<http://cdn5.xombit.com/wp-content/blogs.dir/19/files/2014/10/estudiante.jpg>

[http://www.hombreactual.com/webpac\\_content/servicios-de-belleza-y-estetica-para-hombres/inicio/noticias/nutricion/la-mejor-alimentacion-de-un-buen-estudiante/images/object/young-student.jpg](http://www.hombreactual.com/webpac_content/servicios-de-belleza-y-estetica-para-hombres/inicio/noticias/nutricion/la-mejor-alimentacion-de-un-buen-estudiante/images/object/young-student.jpg)