



Réalisation des examens

- Bien te disposer physiquement et mentalement et reste positif.
- Survole rapidement l'ensemble des questions.
- Planifie ton temps.
- Bien lire les questions.
- Répond d'abord aux questions dont tu connais la matière (augmente ta confiance).
- Identifie clairement les questions difficiles ou les doutes pour y revenir plus tard.
- Prend des pauses en cas d'oubli.
- Termine par une bonne révision.
- Si le stress est trop présent, arrête et respire lentement pendant quelques secondes.