

Dalia Nasvytienė
Agnė Brandišauskienė
Žydrė Arlauskaitė

Kaip pasirengti
egzaminui,
kad nepritrūktų vienos nakties



PRAKTINIS
VADOVAS



TURINYS

EGZAMINAS: NAUJOS ŽEMĖS UŽKARIAVIMAS	5
I. MITAI IR TIESA APIE EGZAMINUS	6
II. PRIEŠ EGZAMINĄ	
Ar moki mokytis? Trys P	8
P – PASIRINK GERAI IŠLAIKYTI EGZAMINĄ	8
P – PAŽINK SAVE	9
P – PASIRENK EGZAMINUI	12
Kad mokymasis būtų veiksmingas	32
Mąstyk pozityviai	34
Įveik stresą	37
Valdyk savo laiką	42
III. PER EGZAMINĄ	
Nusiteik dirbti	45
LAIKO PLANAVIMAS IR PRIORITETŲ NUSTATYMAS	45
ATIDUS DARBAS	46
Ką daryti, jei nežinai	47
Ir vėl tas stresas: kaip elgtis, kad jis neužvaldytų	48
IV. PO EGZAMINO	50
V. DUOK PASKAITYTI TĒVAMS	51
VI. PASIKALBĖK SU MOKYTOJ AIS	54
PAAIŠKINIMAI IR NUORODOS	58

III. PER EGZAMINĄ²⁸

Nusiteik dirbti

Egzaminą turbūt būtų galima apibūdinti paprasčiausiais žodžiais – „suprantu ir atsakau“. Jie parodo ne tik Tavo dalykines žinias ir įgūdžius (pavyzdžiui, kritinio mąstymo), bet ir egzamino laikymo meistrystę, arba techniką, – kaip gebi planuoti laiką, susidėlioti darbus, sutelkti dėmesį.



LAIKO PLANAVIMAS IR PRIORITETŲ NUSTATYMAS

- ▶ Per egzaminą reikia dirbti sparčiau nei namie ar klasėje, auditorijoje. *Nusiteik dirbti didžiausiu tempu*, bet nepulk atlikti užduočių stačia galva.
- ▶ Įdėmiai perskaityk *egzamino reikalavimus*: kiek užduočių turi būti atlikta iš viso, kiek jų yra skirtingose dalyse.
- ▶ Atsižvelgdamas į egzamino dalių ir jas sudarančių užduočių skaičių, numatyk, *kiek kam skirsi laiko*. Įvertink, kad dar reikės viską patikrinti – įvertinti ir kiekvieną sprendimą, ir darbą apskritai. Egzaminų darbų analizė rodo, kad klaidos, padarytos užduoties pradžioje, užprogramuoja tolesnes klaidas. Todėl *kiekvieną veiksmą partartina tikrinti iš karto*, juolab kad tokia patikra trunka trumpiau nei klaidų paieška peržiūrint visą sprendimą.
- ▶ Atmink, jei *ilgiau, nei planavai, užtrunki atsakydamas* į kokį nors klausimą, kitoms užduotims lieka mažiau laiko. Jei tik stringi, imkis kitos užduoties.
- ▶ Ar žinai, kokias užduotis spręsti pirmiausia? *Pradėk nuo lengviausių*. Šitaip įsitrauksi į darbą, „apsilsi“, išspręstos užduotys pakels nuotaiką, be to, egzaminui įpusėjus jau būsi nemažai nuveikęs.

Kai kurios užduotys, kaip antai rašiniai, tiriamieji darbai, reikalauja sukurti tam tikrą turinį ir struktūrą, taigi šiek tiek laiko teks skirti šių darbų planui sudaryti. Tokio pobūdžio užduočių paskirtis – patikrinti žinių taikymo gebėjimus, todėl labai svarbu, kad Tavo užduotyse atsispindėtų ne tik žinios, bet ir informacijos susietumas, prasminiai ryšiai ir kt.



Pasitikrink pulsą



Egzamino laiko planavimas

Pasirink vieną egzaminą ir suplanuok laiką:

- ▶ išsiaiškink egzamino trukmę,
- ▶ kiek kokiai egzamino daliai skirsi laiko,
- ▶ kiek apytiksliai laiko skirsi atskiroms užduotims,
- ▶ kiek laiko skirsi bendrai patikrai [peržvalgai].

ATIDUS DARBAS

Ir užduoties sąlygą, ir klausimus reikia skaityti labai atidžiai, nors ir atrodo, jog viskas aišku. Kiekvienais metais dalis mokinių padaro klaidų kaip tik dėl to, kad neįsigilina – dėl jaudinimosi ar skubos – į užduotis.

- ▶ *Nepradėk rašyti atsakymo vos perskaitęs* pirmą užduoties dalį ir atpažinęs žinomą temą, veikėją, istoriją.
- ▶ *Perskaitęs užduotis padaryk kelių minučių pertrauką*, kad galėtum ramiai pagalvoti. Patikėk, tai labai padeda surikiuoti mintis.
- ▶ *Perskaityk klausimą ar užduotį ir antrą kartą*. Galbūt išvelgsi tai, ko nepastebėjai pirmą kartą. Sudėtingesnę klausimą ar užduotį skaityk atvirkščiai – nuo galo.
- ▶ *Atkreipk dėmesį į užduoties sudedamąsias dalis*: tekstą, iliustraciją, jos pavadinimą, nuorodas. Kiekviena jų svarbi ir gali suteikti informacijos, kuri padėtų atsakyti į klausimus.
- ▶ *Pagalvok, ar supranti*, ko iš Tavęs reikalauja užduotis. Pieštuku gali pasižymėti esminius žodžius, padedančius suformuluoti atsakymą.
- ▶ *Atsakymą rašyk į jam skirtą eilutę*. Tik nesurašyk visko, ką žinai. Stenkis atsakyti tiksliai į klausimą. Jei manai, kad atsakymas tikrai teisingas, gali rašyti rašikliu iš karto į švarraštį. Taip išvengsi skubos (ir klaidų) paskutinėmis minutėmis.
- ▶ Labai atidžiai peržvelk klausimus su pasirenkamaisiais atsakymais, *patikrink, ar pasirinktas atsakymo variantas tikrai dera su sąlyga* (kartais iš pirmo žvilgsnio tinkamas atsakymas netenkina sąlygos reikalavimų).
- ▶ *Nenustebk*, jei pažymėjęs kelių paeilui einančių užduočių teisingus (Tavo nuomone) pasirenkamuosius atsakymus pamatysi, jog jie pažymėti ta pačia raide. Atsakymų variantai gali būti pateikiami pagal abėcėlę (pirmojo žodžio pirmąją raidę), chronologinę seką ar dar kitaip. Tad *negaišk ieškodamas teisingų atsakymų sistemos*.
- ▶ *Būtinai perskaityk švarraštį, kai į jį perrašysi darbą*, – patikrink, ar nieko nepraleidai.



Svarbios gudrybės

Užsimerk ir atsakyk.

Perskaitęs pasirenkamojo atsakymo užduoties sąlygą pamėgink užsimerkti ir atsakyti pats. Gal atsakymas bus aiškus ir sutaps su vienu iš atsakymų variantų.

Pasitikrink pagal taškus.

Pažiūrėk, kiek taškų skiriama už teisingai atliktą užduotį. Paprastai vienas taškas duodamas už labai konkretų atsakymą [faktą, argumentą]. Taigi taškų skaičiaus gali parodyti, kokio atsakymo tikimasi.

Minutės pertraukėlės.

Retkarčiais skirk laiko ramiam apmąstymui.

Skubūs atsakymai.

Jei vis dėlto labai trūksta laiko, parašyk labai trumpus atsakymus, tai leis tikrintojui įžvelgti, kuria linkme galvoji. Juk negausi taškų, jei net nebandysi atsakyti.

Venk paskutinės minutės taisybę.

Jie skuboti, beverčiai ir dažniausiai klaidingi.

Ką daryti, jei nežinai

Per egzaminą gali tekti susidurti su užduotimis, kurios savo aplinkybėmis, situacijomis gali būti naujos, bet sprendimu ir atsakymais – tikrai ne. Kitaip tariant, panašias užduotis jau būsi sprendęs. Tau tik reikės savo žinias ir gebėjimus pritaikyti naujoje situacijoje – išspręsti problemą (apie problemų sprendimą žr. 28 p.).

Ką daryti, jei nežinai?

- ▶ Palik trumpam *neaiškią užduotį ar klausimą*. Atsakinėk tik į tai, ką supranti. Tačiau smegenys ir toliau nesąmoningai, nevalingai doros tos užduoties informaciją ir galbūt susies ją svarbiais ryšiais su jau turimomis žiniomis.
- ▶ Grįžk prie neaiškos užduoties ir *sutelk į ją visą savo dėmesį* – susikoncentruok, įsiskaityk į užduoties sąlygą ir nesiblaškyk galvodamas, kokį vertinimą gausi.
- ▶ *Stenkis nežiūrėti, ką daro kiti*. Taip elgdamasis išjungi savo protą ir jis nustoja savarankiškai dirbti. Nusirašinėjimas, priešingai nei manoma, trukdo, o ne padeda dirbti, nes nepanaudoji turimų žinių.
- ▶ *Peržvelk visas pateiktas užduotis*, nes gali būti, kad vienos užduoties sprendimas yra kitų užduočių sąlygose.
- ▶ *Atkreipk dėmesį į visas užduoties detales*. Paieškok rauto – kertinių žodžių, kurie nukreiptų atsakymo link.
- ▶ *Nenusimink, jei nerandi atsakymo*. Jei tai pasirenkamojo atsakymo klausimai, pabandyk atsakyti atmesdamas, Tavo nuomone, klaidingus atsakymus.
- ▶ *Mėgink spėti*. Net jei abejoji, ar atsakymas teisingas, parašyk (nurodyk) jį, jei už neteisingą atsakymą neatimami taškai. *Atmink*: spėjimas tikrai niekada neprilygs geram pasiruošimui egzaminams, jis nėra patikimas ir negarantuoja teisingo atsakymo, bet, jei

Neapsigauk –
spėliojimo
strategijas
puikiai išmano ir
egzaminuotojai!

nežinai atsakymo, bandyk pagauti sėkmę. Pavyzdžiui, jei bent dalis formuluotėje pateikiamos informacijos apie asmenį (reiškinį, veiksmą) yra žinoma, gali mėginti parinkti tinkamą loginį atsakymą (*žinomo atsakymo strategija*); taip pat pagalvok: gal teisingą atsakymą rodo tam tikra žodžio dalis, tarkime, sudurtinio žodžio dėmenys *izo-*, *eko-*, *bio-*, *mikro-* ir kt. (*žodžio šaknies arba priešdėlio užuominų strategija*), o gal teisingas atsakymas yra tas, kuris jungia kelių atsakymų variantus arba pateikia daugiau informacijos nei kiti (*skėčio strategija*). Svarbiausia, remkis logika, mąstyk.

Ir vėl tas stresas: kaip elgtis, kad jis neužvaldytų

1. Neginčijama taisyklė – į egzaminą turi ateiti gerai išsimiegojęs. Miego trūkumas neišvengiamai veikia galvos smegenų žievės kaktinių skilčių veiklą, užtikrinančią apibendrintą mąstyseną, problemų sprendimą ir prasminę atmintį. Nesimokyk paskutinį vakarą prieš egzaminą. Kitaip tariant, egzaminas turi savo išvakares. Ši diena yra rytojus, apie kurį galvojai vakar. Jei greitai suvokei šią mintį, vadinasi, gerai išsimiegojai.
2. Egzamino rytą nekeisk jokių įpročių: nei mitybos, nei rytinės ruošos. Vienintelė išimtis – tvarkingesnė apranga. Jei esi įpratęs daryti mankštą, egzamino rytą būtinai pasimankštink.
3. Nusiteik pozityviai: „Padarysiu viską, kas mano jėgoms.“ Tiesiog susikaupk darbui. Tu pasiruošei taip gerai, kaip tik gali ir sugebi.
4. Atvyk ne per anksti. Iš anksto pasidomėk, kiek laiko gali užtrukti kelionė į egzamino vietą, kad nepavėluotum dėl transporto spūsčių.
5. Turėk atsarginį rašiklį. Laikykis taisyklių (pavyzdžiui, naudokis tik tais žodynais, formulynais, skaičiuotuvais, kurie leidžiami).
6. Atėjęs į egzaminą bendrauk saikingai. Kelios minutės prieš egzaminą pats netinkamiausias laikas sužinoti nuogirdas ar tariamai žinomas temas. Kiekviena nauja aplinkybė gali būti tik gandas, o klasiokų nerimu gana lengva užsikrėsti.
7. Mintyse kartok ramybės formulę – vidinę kalbą, kuri padėdavo rengiantis egzaminui. Visai nesvarbu, kokia ji („Aš ramus“, „Nagi, užduotys, pas mane!“ ar mėgstama melodija), svarbu, kad Tau tiktų ir padėtų.
8. Prieš atversdamas užduočių sąsiuvinį giliai įkvėpk. Tada atidžiai perskaityk instrukcijas, atkreipk dėmesį į kertinius žodžius. Perskaityk sąlygą kaip visumą. Duok sau laiko pagalvoti. Nėra tokio žmogaus, kuris iš karto žinotų teisingus atsakymus.
9. Pasižymėk visas formules ar mintis, kurios greitai šauna į galvą. Jei rengdamasis egzaminui supratai medžiagą, pirmos intuityvios mintys gali būti teisingos.
10. Nepasiduok panikai. Stresas veikia tiek, kiek Tu jam leidi. Nieko baisaus, jei per egzaminą jauti kylant įtampą. Nukreipk dėmesį. Pavyzdžiui, keletą kartų giliai įkvėpk ir lėtai iškvėpk – iškvėpdamas įsivaizduok, kaip įtampa Tave palieka, slūgsta. Arba kelis kartus pasyviai pasimankštink: raumenis įtempk, suskaičiuok iki šešių ir atpalaiduok. Prisimink vietą, laiką, žmones ar įvykį, kai jauteisi ramiai ir saugiai.



11. Įvertink egzaminui skirtą laiką: padalyk jį pusiau ir įsidėmėk. Įpusėjęs egzaminui turi būti atlikęs apytikriai pusę užduočių. Pirmiausia imkis to, ką supranti, žinai (startinė sėkmė įkvėpia, sukuria gerą jausmą). Sunkiausias užduotis pasilik pabaigai.
12. Nekreipk dėmesio, jei kiti anksčiau už Tave pabaigia darbą. Už spartą neskiriami papildomi taškai. Sutelk dėmesį tik į savo užduotis, niekas kitas jomis nepasirūpins.
13. Jei lieka laiko, būtinai peržvelk atliktą darbą, pasitikrink, ar teisingai užrašyta, niekas nepraleista, įskaitomas atsakymas.