

Consells per afrontar amb èxit la prova d'accés a la Universitat (PAU)

Els dies previs

- Ara, de cara a la PAU, planifica el temps, organitza la teva tasca amb eficàcia, això t'ajudarà a sentir seguretat, i evitaràs l'ansietat provocada per la manca de temps.
- Procura descansar, cal evitar tensions els dies abans de les proves, un excés d'estrès pot provocar sentiments negatius, fins i tot, algun tipus de malestar físic.
- Intercala el temps d'estudi amb altres activitats que t'ajudin a oxigenar el cervell. Practica esport, surt a caminar, escolta música, etc. Compagina l'estudi amb altres activitats que ajudin a distreure la teva ment una estona cada dia.
- Procura dormir. És molt important respectar les hores de son.
- Informa't on faràs les proves: alguns dies abans de la prova i mitjançant la pàgina web, els alumnes podran consultar l'edifici, l'aula i l'horari en què els pertoca fer els exàmens, identificant-se amb el DNI, NIE o passaport i la data de naixement. Si no et trobes a la distribució, o hi detectes algun error, posa't en contacte amb el Servei d'Alumnes i Gestió Acadèmica, per tal de solucionar la incidència.

| 1 |

El dia abans

Durant cada jornada dels dies de les proves, repassa els esquemes, els resums, les sinopsis que hagi pogut fer els dies previs amb l'objectiu de fixar els continguts de la matèria. Evita acumular informació de forma desorganitzada i confusa procurant no assimilar informació de darrer minut, ja que podria interferir amb coneixements previs que s'havien processat correctament.

- Deixa preparada la documentació, la roba que et posaràs i tot el que necessitis per fer la PAU:
 - DNI, NIE o passaport
 - bolígrafs de color blau o negre,
 - corrector,

- calculadora,
- diccionaris de llatí o grec,
- instruments de dibuix...
- Duu apuntat el nom de l'edifici i les aules on has de fer les proves, que hauràs consultat a la web.
- Dorm prou durant aquests dies. Convé descansar les hores necessàries.
- Cuida la teva alimentació i procura no prendre begudes excitants (cafè, te...)

Durant les proves

Preparatiu. Alguns consells previs d'inici

- Arriba amb temps suficient a l'examen, especialment el primer dia. Possiblement no coneixes l'edifici i hauràs de cercar l'aula on fareu la prova. Pensa que a la carretera hi pot haver més trànsit del que t'esperaves, per tant, calcula el temps que necessites per arribar al centre on faràs les proves.
- L'entrada dels alumnes a les aules es farà d'acord amb l'ordre alfabètic de les etiquetes. El professor t'anomenarà en veu alta (cognoms i nom) i t'hauràs d'identificar (amb el DNI, NIE o passaport). Un cop identificat, et lliuraran les etiquetes.
- Si quan el professor t'anomena no hi ets, no et preocupis, parla amb el professor encarregat de l'aula i ja trobarà la solució.
- La distribució d'alumnes a l'aula es farà per ordre alfabètic des de la primera filera a la darrera.

Ja dins l'aula i abans de començar les proves

- Has de dipositar a la tarima tot el material que portis (inclòs el mòbil, desconnectat), a excepció d'aquell material que està autoritzat per a la prova que hagi de realitzar. Així, per a les proves de:
 - Dibuix Tècnic: es poden dur paral·lel i poliedres. L'examen es pot resoldre utilitzant llapis, tinta o qualsevol altre mitjà que es consideri oportú.
 - Economia de l'Empresa, Electrotècnia, Física, Matemàtiques II, Matemàtiques Aplicades a les Ciències Socials II, Tecnologia Industrial II i Químic: es pot utilitzar calculadora científica, gràfica o programable, però no s'autoritza l'ús de les que portin informació emmagatzemada o puguin transmetre-la.

- Tecnologia Industrial II: es permet dur un full amb un formulari que, com a màxim, pot incloure 50 fórmules. Aquest formulari s'ha de lliurar juntament amb l'examen. També es podrà disposar de calculadora.
- Llatí II i Grec II: es pot utilitzar diccionari amb gramàtica.
- Per a les proves de Llengua Estrangera no es pot disposar de cap diccionari.
- Quan ja seguis al teu lloc, has de comprovar que les assignatures del full d'etiquetes són les assignatures de les quals t'has d'examinar i són les de la teva matrícula. També has de comprovar el nom, els cognoms i el número de DNI, NIE o passaport. Al full d'etiquetes dels alumnes exempts de català apareix el codi EXC davall el seu nom. Els possibles errors els has de comunicar a un professor de l'aula, que els anotarà al full d'incidències.
- Una vegada ja siguis a l'aula d'examen, intenta pensar en positiu, fes algunes respiracions profundes, d'aquesta manera et podràs concentrar millor.
- Si abans de l'inici de l'examen t'adones que es presenten els nervis, concentra la teva atenció en el que t'envolta, observa el teu entorn i cerca algun element que et faci gràcia, compta per exemple el nombre de persones que duen esportives, o que tenen els cabells llargs, etc., per tant, cerca elements distractors.
- Quan quedin pocs minuts per començar l'examen, intenta evitar compartir preguntes i dubtes amb els companys, això no farà més que contribuir a crispar l'ambient. Recorda que no pots utilitzar cap tipus d'informació (apunts, llibres, etc.) ni telèfons mòbils o altres aparells electrònics.

Durant l'examen

Silenci i atenció

- Diposita el full d'inscripció i el DNI, NIE o passaport durant l'examen damunt la taula, perquè els membres del tribunal puguin comprovar en qualsevol moment la teva identitat.
- El professor encarregat de l'aula et lliurarà el full de preguntes de l'examen i el full de respostes (un quadernet) per examen. Si t'has equivocat o penses que la presentació no és prou acurada, pots demanar un altre quadernet (valora si val la pena, perquè també has de vigilar el temps; si falta poc temps, tal vegada és millor no fer-ho), però una vegada ja hagis copiat al nou quadernet la informació, hauràs de lliurar al professor el quadernet que no val, i el professor

procedirà a destruir-lo.

- Per als alumnes que són exempts de català hi ha exàmens de color diferent en castellà.
- Durant l'examen només podràs tenir el material que està permès per a aquella prova concreta. En cap moment no es poden utilitzar apunts, llibres, etc., ni telèfons mòbils o altres aparells electrònics no autoritzats.
- Els exàmens de Llengua Catalana i Literatura, Llengua Castellana i Literatura, Literatura Catalana, Literatura Castellana i Llengües Estrangeres s'han de contestar en les llengües respectives.
- Els exàmens no es poden respondre amb llapis (excepte el de Dibuix Artístic i el de Dibuix Tècnic), ni amb tinta vermella o verda.
- En el cas dels exàmens de les matèries de la part específica de la prova d'accés, tant per als alumnes de batxillerat com per als tècnics superiors, atès que aquests alumnes es poden examinar d'un màxim de quatre matèries i són unes proves de caràcter voluntari, els alumnes tindran els primers 30 minuts per valorar si fan o no aquella prova. En cas que abandonin la sala, quedaran registrats com a no presentats a aquella prova.
- Posa esment, en tot moment, a les indicacions dels professors que vigilen les aules d'examen.
- Les proves exigeixen silenci absolut, per tant, centra't exclusivament en la teva prova d'examen. Qualsevol conducta sospitosa podria resultar motiu d'expulsió.
- Els exàmens són anònims i no poden tenir cap marca d'identificació personal.
- Quan et reparteixin l'examen no has de començar a contestar de seguida. Fes una primera lectura general de totes les preguntes i tria bé l'opció que més t'interessi. Un cop escollida, intenta no dubtar, et restaria massa temps.

Execució de la prova

- Controla bé el temps. El temps per fer l'examen és molt estricte.
- Llegeix detingudament l'enunciat de cada pregunta, dedica un temps a comprendre el que s'exposa a la qüestió.
- Subratlla les paraules clau, anota devora alguns conceptes, idees o termes sobre el tema, llavors només caldrà que els ordenis amb les relacions de significat corresponents.
- Si et quedes en blanc, respira profundament, fes algunes inspiracions profundes i lentes, agafa aire a través del nas, fins que arribi a l'abdomen, pots posar-hi la mà i notaràs un petit moviment a la zona toràcica i abdominal, posteriorment treu l'aire per la boca de forma suau. Repeteix aquestes

inspiracions i exhalacions tres o quatre vegades i veuràs que t'ajuden a relaxar-te.

- Comença a respondre les preguntes que et donin més seguretat, així podràs dedicar el temps restant a les qüestions que requereixen més esforç i concentració.
- Tingues en compte la puntuació especificada a cada exercici.
- Si l'examen és a desenvolupar, organitza els conceptes i idees que tractaràs mentalment o per mitjà d'un esquema (per a això pots emprar el full on hi ha enunciades les preguntes de l'examen).
- Argumenta les respostes, és a dir, justifica l'exposició dels continguts expressats i interrelaciona les idees exposades.
- No t'entretenguis excessivament en una pregunta. Contesta el que realment es demana i no omplis de «palla». No et donaran més puntuació per haver explicat altres coses que no tenen a veure amb el que et demanen.
- Tingues cura de la redacció, la cal·ligrafia i també l'ortografia. Expressa't amb claredat i correcció, demostra les teves habilitats en l'ús de la llengua escrita. Cuida el vocabulari tècnic de cada matèria.
- La presentació ha de ser clara i ordenada, ajuda a visualitzar el contingut de l'examen i facilita positivament la correcció. S'aconsella subratllar o emmarcar les idees, les dades o els conceptes principals.
- Repassa l'examen abans de lliurar-lo. És important reservar alguns minuts per repassar-ne el contingut, vigilar les faltes d'ortografia, els problemes d'expressió o fer alguna anotació o algun aclariment final.

Abans de lliurar el full de respostes

- Vigila que no hi hagi cap marca d'identificació personal, atès que els exàmens són anònims.
- És imprescindible lliurar els exàmens amb les etiquetes.
 - Recorda aferrar amb cura les etiquetes amb codi de barres (que t'identifiquen i permeten l'anonimat en la correcció) que t'han lliurat a l'inici de les proves als requadres corresponents de cada un dels quaderns d'examen.
 - Un cop hagi acabat cada examen i hagi respost damunt un quadernet d'examen o bé damunt el mateix full d'enunciat, has d'aferrar una solapa i tres etiquetes d'identificació als llocs indicats.

Després de l'examen

- Una vegada hagi acabat l'exercici, ja fora de l'aula on has fet l'examen, has de fer-te enfora de la zona per evitar molèsties acústiques a la resta d'alumnes que encara fan l'exercici.
- Durant el temps de descans, aprofita el moment per relaxar-te i prendre alguna beguda o menjar qualche cosa. No comentis res amb els companys, ja que pot ser que t'adonis que has fet alguna errada, i això et provocarà nervis per a l'examen següent, així que: examen fet, examen oblidat!

Una vegada hagi acabat les proves d'accés a la Universitat (PAU)

Toca descansar i esperar els resultats. Aquests es publicaran mitjançant UIBdigital en el moment en què hagi acabat el procés de correcció i càlcul de les notes.

I recorda que tens 21 raons per venir a la UIB.



Primer dia

8:30 h Concentració als punts d'exàmens.
8:40 h Entrada a les aules.
9:00 h Comentari de text (Llengua Castellana i Literatura).
10:30 h Descans.
11:05 h Entrada a les aules.
11:15 h Llengua Estrangera.
12:45 h Fi de la sessió.
14:50 h Entrada a les aules.
15:00 h Anàlisi Musical II o Geografia o Matemàtiques II.
16:30 h Descans.
17:05 h Entrada a les aules.
17:15 h Disseny** o Llatí II o Tecnologia Industrial II
18:45 h Fi de la sessió.

Segon dia

8:45 h Entrada a les aules.
9:00 h Comentari de text (Llengua Catalana i Literatura).
10:30 h Descans.
11:05 h Entrada a les aules.
11:15 h Física o Història de l'Art.
12:45 h Fi de la sessió.
14:50 h Entrada a les aules.
15:00 h Arts Escèniques o Biologia o Matemàtiques Aplicades a les Ciències Socials II.
16:30 h Descans.
17:05 h Entrada a les aules.
17:15 h Tècniques d'Expressió Gràficoplàstica o Electrotècnica o Literatura Universal.
18:45 h Fi de la sessió.

Tercer dia

8:45 h Entrada a les aules.
9:00 h Història d'Espanya o Història de la Filosofia.
10:30 h Descans.
11:05 h Entrada a les aules.
11:15 h Economia de l'Empresa o Química.
12:45 h Fi de la prova.
14:50 h Entrada a les aules.
15:00 h Història de la Música i de la Dansa o Dibuix Tècnic II o Grec II.
16:30 h Descans.
17:05 h Entrada a les aules.
17:15 h Dibuix Artístic II o Ciències de la Terra i Mediambientals.
18:45 h Fi de la prova

Norma: Quan hi hagi una coincidència d'horari de diverses matèries, l'alumne s'examinarà a l'hora indicada de la primera matèria i de la resta quan ho fixi el tribunal.

Llocs d'examen	Centres que s'hi examinen			
*Inca: IES Pau Casesnoves (c. Joan Miró, 22. Inca)	• CIPF Joan Taix • Col·legi Beat Ramon Llull • IES Albuhaia	• IES Alcúdia • IES Berenguer d'Anoia • IES Binissalem	• IES Can Peu Blanc • IES Guillem Cifre de Colonya • IES Pau Casesnoves	• IES Santa Margalida • IES Sineu
*Manacor: IES Mossèn Alcover (ronda de l'Institut, s/n. Manacor)	• IES Capdepera • IES Damià Huguet • IES Felanitx	• IES Llorenç Garcias i Font • IES Llucmajor • IES Manacor	• IES Mossèn Alcover • IES Portocristo • IES Puig de sa Font	• IES Santanyi
Eivissa: IES sa Colomina (c. Vicent Serra i Orvay, 40. Eivissa)	• Col·legi Mestral • Col·legi Ntra. Sra. de la Consolació • Col·legi sa Real • Escola d'Art d'Eivissa	• IES Algarb • IES Balàfia • IES Isidor Macabich • IES Quartó de Portmany	• IES sa Blanca Dona • IES sa Colomina • IES Sant Agustí • IES Santa Maria d'Eivissa	• IES Xarc
Formentera: IES Marc Ferrer (av. 8 d'Agost, s/n. Sant Francesc de Formentera)	• IES Marc Ferrer			
Menorca: IES Josep Miquel Guàrdia (av. de la Mare de Déu del Toro, 92. Alaior)	• Escola d'Art de Menorca • IES Biel Martí	• IES Cap de Llevant • IES Joan Ramis i Ramis	• IES Josep Maria Quadrado • IES Josep Miquel Guàrdia	• IES Maria Àngels Cardona • IES Pasqual Calbó i Caldés
Campus universitari (cra. de Valldemossa, km 7.5. Palma)	S'hi examinaran la resta dels alumnes dels centres de batxillerat i de cicles formatius de grau superior.			
Altres llocs: Escola d'Art d'Eivissa i Escola d'Art de Menorca**	S'hi examinaran els alumnes de l'illa respectiva de les matèries: Dibuix Artístic II, Disseny** i Tècniques d'Expressió Gràficoplàstica			

* Per a la convocatòria de setembre aquest punt d'examen passarà al campus universitari.

** Els alumnes de Menorca que s'hagin d'examinar de la matèria de Disseny a la convocatòria de setembre, el lloc d'examen serà l'IES Josep Miquel Guàrdia.