

SUERTE A TODOS ¡iiiiii

CONSEJOS PARA EL DÍA DEL EXAMEN DE LAS OPOSICIONES

Confianza y tranquilidad. Hay que tener seguridad en uno mismo, así como en el trabajo y estudio previo realizado. Esta calma impedirá que los nervios y la tensión jueguen malas pasadas. Tener una mentalidad positiva ayuda a estar más relajado, el control mental es fundamental para alcanzar los objetivos.

Puntualidad. Es fundamental asistir con tiempo suficiente al lugar del examen para familiarizarse con el espacio. Un atasco inoportuno o llegar con el tiempo justo, puede generar ansiedad.

Documentación. Tener a mano y en regla el documento identificativo necesario, ya sea el DNI, pasaporte o carné de conducir.

Materiales para la realización. Según el tipo de prueba, hay que llevar un tipo de material específico. En el caso de un examen tipo test, es básico contar con un bolígrafo, se recomienda lápiz para poder corregir en caso de error al rellenar la plantilla, alguno de repuesto, además de lo exigido en la convocatoria. Para algunas personas es importante llevarse una botella de agua, así como pañuelos de papel o caramelos para mantener niveles de azúcar en sangre y por tanto la concentración .

Control del tiempo. Sugerimos llevar un reloj de pulsera para la realización del examen. En algunas ocasiones, las aulas tienen un reloj de pared y los propios examinadores, informan sobre el tiempo que queda para la entrega de los papeles. Aún así, recomendamos llevar uno desde casa.

Estrategia. En el caso de un tipo test, es vital contestar primero a las que se sepan con seguridad, dejar para el final las que no. Igualmente, si restan puntos o no las respuestas erróneas. Recuerde que descuentan 1 bien por cada 5 mal , en esta convocatoria.

Una vez que se finalice la prueba, es el momento de descansar y relajarse, el trabajo realizado tendrá su recompensa , «Alea iacta est».

¡Mucho ánimo a tod@s!

Secretariado Nacional de Salud

Canarias10 de Mayo de 2019