



# Com superar la Selectivitat? Això és el que has de fer abans de les PAU

La **Prova d'Accés a la Universitat (PAU) de 2025 se celebrarà els dies 11, 12 i 13 de juny i el 3, 4 i 5 de setembre**, tindrà lloc la convocatòria extraordinària. Encara queda temps perquè els exàmens arribin, però perquè t'organitzis amb temps pots seguir aquests consells.

Si t'estàs preparant a l'escola amb el Batxillerat, ja estaràs informat de totes les novetats i consells a seguir, però la proximitat de les proves pot comportar nerviosisme i fatiga. Així que pots utilitzar aquests consells per arribar amb millor actitud a les proves:

Planifica el teu estudi

Organitza un pla d'estudi realista que distribueixi el temps de manera efectiva entre les diferents matèries. Inclou també descansos regulars per evitar la fatiga mental i estableix metes assolibles per mantenir la motivació.

Practica amb exàmens anteriors

Familiaritza't amb el format i tipus de preguntes de la Selectivitat resolent proves d'anys anteriors. Això et permetrà desenvolupar estratègies efectives per respondre de manera eficient i organitzada.

Troba la teva tècnica d'estudi efectiva

Cada estudiant aprèn d'una manera diferent. Prova diferents tècniques com resums, esquemes, mapes mentals o tècniques com la 'Pomodoro'. Descobreix quina et funciona millor per a tu i aplica-la ja en la teva rutina d'estudi. Fes el test per descobrir quina d'aquestes tècniques pot funcionar-te millor.

Controla els horaris i les dates clau



---

Intenta estar informat/da amb antelació de tots els horaris i llocs de realització de cada prova, així com la prematrícula i matrícula. Per fer-ho pots consultar el calendari amb les dates clau de la Selectivitat que t'hem preparat. Els dies de les proves surt de casa amb temps per arribar puntual als exàmens, així evitaràs començar l'examen amb més estrès.

Informa't sobre la documentació necessària

Saber els horaris i dates clau és important, però també ho és tenir clar exactament quina documentació i material has de portar als exàmens. El DNI i el comprovant de la matrícula són imprescindibles. A més, tingues en compte que algunes matèries demanen un material específic: calculadora, instruments de dibuix, diccionaris, etc. Prepara-ho tot amb temps.