

行政能力考前准备：应试前应做的准备-公务员考试 PDF转换
可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/22/2021_2022__E8_A1_8C_E6_94_BF_E8_83_BD_E5_c26_22853.htm 第二节 应试前应做的准备

由于行政职业能力测验在考试的性质、内容、答题方式、施测方法上都具有特殊性，多数应试者又是第一次接触这样的考试，因此对行政职业能力测验这种形式往往存在着适应上的困难。为了克服这些困难，应试者可以从以下几个方面做些准备工作。

一、了解测验的实施程序，掌握出题类型

职业能力测验的题目一般比较简单，只要给考生充足的时间，得到正确答案是不成问题的。然而，在这种考试中，试题虽易，做对却并不容易，取得满分则几乎不可能。因为这种标准化考试的一大特点就是题量大、覆盖面广、时间紧。职业能力测验的考试时间为90~120分钟，共有130150道题目，需要考生不到一分钟做出一道题。显然，没有时间答完所有的试题是正常的。为了提高效率，取得好成绩，要遵循以下几个原则：

1. 了解测验的实施方法和程序，如答卷纸的使用方法、分段计时的要求，时间的分配方法等，做到心中有数。
2. 搞清题型特点及答题思路。测验的考题是逐年翻新的，不可能今年出与去年完全相同的题目。但是，把以前出过的题目稍加变化，作为新考题重新出来，却是屡见不鲜的。因此，仔细研究前几年出现过的题型及其特点，无疑会对以后的考试很有帮助。另外，适当选择一些模拟题来做也是十分有用的。模拟题不仅有助于熟悉题型，还可以帮助我们计划正式考试时如何在每个部分、每道题上分配时间。
3. 考试时严格按主试人员的要求进行，在规定的时间内作答规定

的题目，不要越栏作答，做到有条不紊。二、保持良好的心理状态 考试，不仅是对应试者知识、能力进行检验，同时也是心理素质经受检验的过程。良好的心理状态，恰当的动机水平，充分的思想准备，往往比考前其他方面的准备更为重要。当人们面临考试时，一般都有很强烈的取胜动机，希望自己获得成功，这种心情是可以理解的。但是过高的求胜动机，过高的期望水平，又会造成心理上的紧张和焦虑，从而影响到正常水平的发挥。心理学的研究表明，动机强度与效果之间并不是线性关系，而是成倒“u”曲线关系。也就是说，过低和过高的动机水平均不利于活动的效果，而只有当动机保持在中等水平时，才会刺激个体发挥出自己的最佳水平，取得满意的考试效果。因此，在考试过程中，不要过多地思考胜败得失问题，只是把它作为一种对自己真实水平的检验，就可以减轻心理压力，轻松上阵，坦然应对，正常甚至是超常发挥出最佳的水平。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com