

自考生考前合理复习应科学记忆自考 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/551/2021_2022__E8_87_AA_E8_80_83_E7_94_9F_E8_c67_551248.htm

一、明确考点，实地察看 在临考前，可能有些考生还不熟悉考点，这时应尽快查询。考生可通过各地自考官方网站、打电话或亲自到自考办查询自己的考试地点、考场号、座位号。以往总有些考生到考场时忘记考场号，本文作者提醒考生：如果有条件，建议您最好把相关信息打印出来，这样一旦您遗忘了考场号等信息，可以借助您打印的信息。明确考点后，对考场的实地察看也十分必要。首先，通过实地察看能让自己熟悉到达考场的相关路线，不至于走错；其次，通过对考场的实地察看，可以让自己提早熟悉考场环境，在一定程度上能减轻临考前的精神压力。实地察看之后要根据自己居住地到考场的距离来决定交通方式。如果距考场较近，可以步行或骑车；如果离考场较远，可以乘公交车，但一定要提前选好乘车路线，步行或骑车也要算好时间。本文作者建议您无论采取何种交通方式，在考试当天都最好提前出发，以免为突发事件（如：堵车等）留出必要的处理时间。

二、检查证件，备齐工具 考试需要的相关证件身份证（军官证、士兵证）、准考证，一定要提前检查、准备好，以免考试时忘带。临考前还要提早准备好铅笔（一般为2B铅笔）、橡皮、蓝色或黑色签字笔（最好为黑色）、钢笔、圆珠笔、直尺（直尺用途很大，除绘图题外，用直尺辅助涂卡，会提高涂卡速度和质量。）等考试工具。铅笔在考前最好削两到三枝备用。临行前一定要仔细检查以上证件、物品是否带齐。在这里要特别提醒考生

：切忌不要携带涂改液、胶带纸进考场，否则会被视为违纪，取消该科目成绩。

三、科学记忆，紧抓真题 把自考站点加入收藏夹 临考前，重中之重就是强化记忆重要知识点。在这段时间，大家应该在复习的基础上查漏补缺，对照大纲自己总结一个提纲，可以采用画图表的方法形成一个适合自己记忆的知识网络，知道还有哪些知识点没掌握好，利用临考前的这段时间把欠缺的地方补上来。在理解的基础上记忆，切忌死记硬背。建议考生此时以书本为主，正所谓万变不离其中嘛！每天早起半小时和晚睡半小时，从心理学角度讲这是一天中较佳的记忆时间，考生可利用这段时间高效记忆。关于记忆的方法，您可以找张白纸，将相关知识点默写，再核对书本，将漏写或错误的知识点重点消化和记忆。虽说此时要回归书本，但也需一定题量的训练。最好将历年的考试真题再复习一遍，重点是当时做错的题目，确保不遗漏知识点。建议不要做模拟题或真题，因为如果您如果答的不好，可能会影响您的自信心，但这也要根据个人复习情况，因人而异。

四、合理作息，科学膳食 临考前，考生一定要保证充足的睡眠时间。如果您是习惯熬夜的考生，此时要将自己的生物钟调整过来。按照考试时间，调节身体生理上的兴奋点，使其与考试时间同步，从而保持最佳的精神状态。在这段时间，脑力和体力的消耗往往是很大的，所以考生更要科学膳食，补充营养。每日可多吃点蔬菜、水果，补充维生素C、维生素B1等，这样可以增强抵抗力，减轻复习疲劳。

五、放平心态，莫要放弃 临近考试，考生一般都很紧张。心理学表明，适度紧张有利于大脑保持最佳状态，但是不要紧张过度，以免造成考场发挥失常。您可以适度的深呼吸或到室外

运动运动等等。在这段时间里，复习不充分的考生，可能会有放弃考试的念头。建议考生：无论是临考前，还是在考场上，都不要轻易放弃。毕竟您已经花费了较长的时间和精力去辛苦的准备。有那么一句话说的很好：“努力不一定成功，放弃则肯定失败”。所以，无论如何，一定要坚持考完。设百考试题为首页吧！[点击查看：2009年上半年全国各省市自考报名时间汇总](#) [2009年1月全国各地自考成绩查询汇总](#) [2009年1月自考试题上线](#) [毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想相对论辅导](#) [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