

注册会计师考试，如何以最佳状态度过考前12天（八）PDF
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/72/2021_2022__E6_B3_A8_E5_86_8C_E4_BC_9A_E8_c45_72784.htm 9月10日 距离考试5天
开始放松身心 放松身心，可以适当进行一些体育、娱乐活动，并应该坚持到临考前。适当的体育运动，比如散步、做操、慢跑等有助于心情稳定与放松。不要做剧烈的运动，比如，不要过多时间进行体力消耗大、易产生疲劳感的篮球、羽毛球等球类运动。最好不要游泳、爬山，以免出现意外伤害。还可适当有些娱乐活动，听听自己喜欢的音乐，看看自己喜欢看的轻松的电视节目，帮助自己情绪放松。最好不要上网，不要看有强烈刺激的武打、枪战等情节的影视作品，否则容易在大脑皮层中产生兴奋，干扰复习。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