



Αυλαία για τις Πανελλήνιες εξετάσεις των Γενικών Λυκείων της χώρας και η αγωνία των μαθητών βρίσκεται στο «κόκκινο».

Πριν οι τελειόφοιτοι μπουν στην αίθουσα για τις τρεις κρίσιμες ώρες, θα πρέπει να έχουν κατά νου τα όσα επιτρέπονται και τα όσα απαγορεύονται κατά τη διάρκεια της εξέτασης. Τι πρέπει να έχουν μαζί τους οι μαθητές στις **Πανελλήνιες 2015** Το δελτίο του εξεταζόμενου

Την αστυνομική του ταυτότητα ή διαβατήριο Δυο στυλό διαρκείας (χρώματος μπλε ή μαύρου), μολύβι, γομολάστιχα, γεωμετρικά όργανα, μολύβι, γομολάστιχα.

Όποιος επιθυμεί μπορεί να έχει μαζί του ένα μπουκαλάκι νερό ή αναψυκτικό.

Αν εντοπιστεί μαθητής με κινητό θα βρεθεί αντιμέτωπος με σοβαρές κυρώσεις, το πιθανότερο είναι να του μηδενίσουν το γραπτό.

Τα ίδια ισχύουν για τα σκονάκια και την αντιγραφή. Τέλος, δεν επιτρέπεται η χρήση υπολογιστικών μηχανών και διορθωτικού (blanco).

Όπως έχει ήδη ανακοινωθεί, ο συνολικός αριθμός των εισακτέων εφέτος φτάνει τις 68.345 και είναι μειωμένος σε σχέση με πέρυσι κατά 1.960. Μειωμένες θέσεις έχουν τα πανεπιστήμια (ειδικά του κέντρου, όπου και αναμένεται μικρή άνοδος των βάσεων), με το σύνολο να φτάνει τις 44.200 (λιγότερες κατά 2.535 σε σχέση με πέρυσι), σε αντίθεση με τα ΤΕΙ, όπου οι θέσεις φτάνουν τις 24.145 και είναι περισσότερες από πέρυσι κατά 575.

Εφέτος 101.508 υποψήφιοι θα διεκδικήσουν μία θέση στα ιδρύματα της ανώτατης εκπαίδευσης της χώρας, ενώ για περίπου 33.100 ο στόχος αυτός δεν θα επιτευχθεί. **Συμβολές πριν από τις εξετάσεις**

* Δεν υπερβάλλουμε θεωρώντας ότι οι εξετάσεις είναι κάτι φοβερό που δεν μπορούμε να αντιμετωπίσουμε.

* Θυμόμαστε ότι υπάρχουν αξιόλογες λύσεις στο μηχανογραφικό δελτίο μας για όλα τα βαθμολογικά επίπεδα.

* Στηριζόμαστε στους ανθρώπους που μας γνωρίζουν καλά (γονείς, φίλοι, καθηγητές), οι

οποίοι και σε αυτή τη δοκιμασία θα βρίσκονται δίπλα μας.

* Η ανασφάλεια και η απαισιοδοξία είναι κακοί σύμβουλοι. Αντίθετα, μας βοηθούν σκέψεις όπως «θα κάνω την καλύτερη δυνατή προσπάθεια», «ακόμα κι αν δεν πετύχω, υπάρχουν και εναλλακτικές λύσεις».

* Δεν αναστατωνόμαστε από φήμες για SOS θέματα.

* Δεν ξενυχτάμε το βράδυ πριν από κάθε εξέταση. Καλύτερη είναι μια πρωινή μικρή επανάληψη.

* Η διατροφή μας, τόσο πριν όσο και κατά τη διάρκεια των πανελλαδικών εξετάσεων, θα πρέπει να είναι ισορροπημένη. Ειδικά το βράδυ της παραμονής κάθε εξέτασης προτιμάμε ένα ελαφρύ γεύμα.

* Την ώρα της εξέτασης διαβάζουμε τα θέματα αργά και προσεκτικά ώστε να κατανοήσουμε τι ζητούν και ξεκινάμε από αυτά που γνωρίζουμε καλύτερα.

* Αφού απαντήσουμε κάποιο ερώτημα, διαβάζουμε άλλη μία φορά την εκφώνηση.

* Ερωτήσεις που μας φαίνονται γνωστές και εύκολες θέλουν πάντα δεύτερη σκέψη. * Ακόμη και αν κάποιο από τα θέματα δεν μας θυμίζει κάτι, δεν απογοητευόμαστε και το ξανακοιτάζουμε ήρεμα όταν τελειώσουμε τα άλλα θέματα.

* Χρησιμοποιούμε, όπου χρειάζεται, το πρόχειρο (τις τελευταίες σελίδες του τετραδίου).

* Δεν επιμένουμε πολλή ώρα σε κάποιο θέμα που μας δυσκολεύει. Προχωράμε και επιστρέφουμε σε αυτό αφού έχουμε λύσει τα άλλα.

* Γράφουμε ό,τι γνωρίζουμε, ακόμη και αν δεν είμαστε σίγουροι.

* Το γραπτό μας πρέπει να καθαρό και ευανάγνωστο.

* Μοιράζουμε σωστά τον χρόνο ανάμεσα στη θεωρία και στις ασκήσεις ώστε να αφήσουμε χρόνο (τουλάχιστον 10 λεπτά) για να ξαναδιαβάσουμε τις απαντήσεις μας και να διορθώσουμε τυχόν ορθογραφικά και εκφραστικά λάθη.

* Δεν βιαζόμαστε. Και να έχουμε τελειώσει νωρίτερα, εξαντλούμε τον χρόνο της εξέτασης. Διαβάζουμε ξανά και ξανά τις απαντήσεις που δώσαμε ώστε να είμαστε σίγουροι ότι τίποτα δεν ξέφυγε από την προσοχή μας.

"Καλή δύναμη και καλή επιτυχία"