Aktuality - Maturitní zkouška 2024

Termíny konání

Didaktické testy společné části maturitní zkoušky se v jarním zkušebním období 2024 budou konat 2.–7. května 2024, v podzimním zkušebním období pak 1.–10. září 2024. Zkoušky profilové části se v jarním zkušebním období budou konat v období od 16. května do 10. června 2024. Konkrétní termíny stanoví ředitel školy nejpozději 2 měsíce před konáním zkoušek. V podzimním zkušebním období je pro konání zkoušek profilové části vyhrazeno období 1.–20. září 2024.

Obsah obrázku text, snímek obrazovky, Písmo, software

Popis byl vytvořen automaticky

Hodnocení písemné práce tvoří 40 % celkového hodnocení příslušné zkoušky, hodnocení ústní zkoušky pak tvoří zbývajících 60 %

Poradna

**Plánování a organizace:**

* Začněte s časnou přípravou a vytvořte si plán studia. Nenechávejte věci na poslední chvíli.
* Rozdělte si učivo na menší úkoly a vytvořte si reálný harmonogram, abyste měli jasný přehled o tom, co musíte udělat.

**Zdravý životní styl:**

* Dbejte na dostatek spánku. Nedostatek spánku může zhoršit stres a ovlivnit kognitivní funkce.
* Stravujte se vyváženě a pravidelně cvičte. Fyzická aktivita může pomoci snížit stres a zlepšit náladu.

**Dýchací cvičení a relaxace:**

* Naučte se techniky hlubokého dýchání. Pomáhá to uvolnit napětí a zklidnit mysl.
* Pravidelně praktikujte relaxační techniky, jako je meditace nebo jóga, abyste udrželi klidnou mysl.

**Pozitivní myšlení:**

* Zaměřte se na pozitivní stránky situace. Přemýšlejte o tom, co jste již úspěšně dokázali a co se vám daří.
* Zkuste nahradit negativní myšlenky pozitivními afirmacemi.

**Dostatek odpočinku:**

* Udělejte si krátké přestávky během studia, abyste si odpočinuli a zabránili přetížení mysli.
* Před samotnou zkouškou si dopřejte klidný čas na relaxaci.

**Příprava na zkoušku:**

* Pravidelně si opakujte učivo, abyste se cítili více sebejistí.
* Zkoušejte se praktickými otázkami nebo simulujte podmínky zkoušky, abyste si zvykli na stresovou situaci.

**Podpora od ostatních:**

* Hovořte s přáteli, rodinou nebo učiteli o svém stresu. Sdílení pocitů může být užitečné.
* Zajímejte se o podporu od ostatních studentů, kteří procházejí stejným obdobím.