

Exam Preparation Guidelines

1. Make a Study Plan

- Look at the full syllabus and create a timetable.
- Study a little every day instead of trying to memorize everything at once.
- Read difficult subjects in the morning when the mind is fresh.

2. Revise Regularly

- Revise daily what you have studied.
- Do weekly revision to strengthen memory.
- Prepare notes of important formulas, definitions, and dates.

3. Practice Previous Year Papers

- Solve last 5–10 years' question papers.
- This will help you understand important topics and exam patterns.

4. Practice Writing

- Do not just read answers, write them down.
- Practice within a time limit to improve speed and presentation.

5. Maintain a Healthy Routine

- Eat balanced food and drink enough water.
- Take 7–8 hours of proper sleep.
- Do light exercise or walking daily.

6. Stay Confident

- Avoid negative thoughts.
- Tell yourself: *"I can do it."*
- Take small breaks between study sessions.

7. One Day Before Exam

- Do not start a new topic, only revise.
- Keep all exam materials ready (pen, pencil, admit card, etc.).

- Sleep early to feel fresh on the exam day.

8. On the Exam Day

- Reach the exam centre on time.
- Read the question paper carefully and manage your time well.
- Don't panic – write answers with a calm mind.

Message: “The secret of success in exams is – *regular study, proper planning, and self-confidence.*”

परीक्षा की तैयारी के लिए दिशानिर्देश

1. पढ़ाई की योजना बनाएँ

- पूरा सिलेबस देखकर एक टाइमटेबल बनाइए।
- रोज़ थोड़ा-थोड़ा पढ़ें, एक साथ सब याद करने की कोशिश न करें।
- कठिन विषयों को सुबह के समय पढ़ें जब दिमाग़ ताज़ा हो।

2. नियमित पुनरावृत्ति (Revision)

- हर दिन पढ़े हुए विषय को थोड़ी देर दोहराएँ।
- साप्ताहिक पुनरावृत्ति करें।
- महत्वपूर्ण सूत्र, परिभाषाएँ और तिथियाँ लिखकर नोट्स बनाइए।

3. पिछले प्रश्नपत्र हल कीजिए

- पिछले 5–10 साल के प्रश्नपत्रों का अभ्यास कीजिए।
- इससे महत्वपूर्ण टॉपिक और परीक्षा का पैटर्न समझ में आएगा।

4. लिखने का अभ्यास करें

- उत्तर केवल पढ़कर याद न करें, लिखकर देखें।
- समय देखकर प्रैक्टिस करें ताकि लिखने की गति और प्रस्तुति सुधरे।

5. स्वस्थ दिनचर्या अपनाएँ

- संतुलित भोजन करें और पर्याप्त पानी पिएँ।
- 7-8 घंटे की नींद लें।
- रोज़ थोड़ा व्यायाम या टहलना करें।

6. आत्मविश्वास बनाए रखें

- नकारात्मक सोच से दूर रहें।
- “मैं कर सकता/सकती हूँ” जैसी सकारात्मक बातें खुद से कहें।
- पढ़ाई के बीच-बीच में छोटे-छोटे ब्रेक लें।

7. परीक्षा से एक दिन पहले

- नया विषय न शुरू करें, सिर्फ दोहराएँ।
- आवश्यक सामान (पेन, पेंसिल, एडमिट कार्ड) पहले ही तैयार कर लें।
- समय पर सो जाएँ ताकि अगला दिन तरोताज़ा रहें।

8. परीक्षा के दिन

- परीक्षा केंद्र समय पर पहुँचें।
- प्रश्नपत्र ध्यान से पढ़ें और समय का उचित प्रबंधन करें।
- घबराएँ नहीं – शांत मन से उत्तर लिखें।

संदेश: “परीक्षा में सफलता का राज़ है – नियमित पढ़ाई, अच्छी योजना और आत्मविश्वास।”