

السنة الدراسية: 2025/2024

## نصائح وإرشادات خاصة لاجتياز الامتحان الجهوي - السنة الأولى بكالوريا -

### 1- قبل الامتحان:

- أتجنب السهر المفرط وأحرص على تقسيم زمن الإعداد بشكل متوازن يراعي فترات النوم والاستراحة لضبط الساعة البيولوجية على موافقت اجتياز الامتحانات.
- أتجنب الرياضة العنيفة في هذه الفترة مخافة التعرض لإصابات تؤثر على اجتياز الاختبار بشكل عادي.
- أتبع نظاما غذائيا متوازنا في المحتوى وفي الزمن (احترام أوقات الأكل الاعتيادية).
- أحرص عشية الامتحان على تجميع لوازم الامتحان والوثائق الشخصية المطلوبة لاجتياز (البطاقة الوطنية - الاستدعاء - التصريح بالشرف - الأدوات المسموح باستعمالها في مختلف المواد ....) ثم أنام باكرا.
- أتناول وجبة فطور متوازنة صبيحة الامتحان.

### 2- أثناء الامتحان:

- أتقيد بالموافقت الرسمية للامتحان وأحضر نصف ساعة قبل الوقت على الأقل.
- أتأكد من جلوسي في المكان المخصص لي مع وضع الاستدعاء وبطاقة تعريف على الطاولة.
- أتأكد من كتابة اسمي الكامل ورقم الامتحان والمادة في المكان المخصص لذلك على ورقة التحرير وأتجنب وضع أية معلومة أو رمز يشير إلى هويتي على هذه الورقة.
- أتأكد من عدد صفحات الموضوع قبل الشروع في الإجابة.
- أمتنع منعا كليا عن تبادل الحديث مع المترشحين الآخرين أو تبادل أي وثيقة أو ورقة أثناء إنجاز الامتحان.
- أقرأ كامل نص الامتحان قبل الشروع في إنجازه، ويمكن البدء بأي سؤال يبدو لي في المتناول تجنباً لاستنزاف الزمن المحدد للامتحان.
- أتحرى بالهدوء والرزانة في حالة الخطأ أو عدم التوفيق في الإجابة عن سؤال ما.
- أكتب بخط واضح أخذا بعين الاعتبار ظروف المصححين.
- أنهج سلوكا هادئا داخل قاعة الامتحان وأحترم المشرفين وأطبق توجيهاتهم.
- أمتنع كليا عن حيازة الهاتف النقال أو أية واسطة إلكترونية أخرى داخل مركز الامتحان.
- لا أغادر قاعة الاختبار قبل انتهاء المدة الزمنية وأعمل على مراجعة إجاباتي أكثر من مرة.
- أضع ترقيما ترتيبيا لأوراق التحرير وأتأكد من تسليمها قبل الخروج من قاعة الامتحان، وأحرص على التوقيع في لائحة الحضور.
- أحرص على مسك أوراق التحرير في حالة تعددها، بواسطة كابس الأوراق (Agrafeuse) تفاديا لأي تلف.

مع متمنياتنا لكم جميعا بالتوفيق والتألق.