

PACES : Les Révisions approchent ! 8 Règles d'or.

Les révisions sont une période (de 2 à 5 semaines selon les facs) qui se résume très facilement en 3 mots :

RÉVISER – MANGER – DORMIR

Alors autant optimisez au maximum votre temps avec ces 8 règles d'or !

1. NE CHANGEZ PAS VOS HABITUDES, Gardez vos routines.

Gardez vos lieux où vous travaillez le mieux et où rien ne vous distrait, continuez à faire du sport et du social (car le temps en révisions est très long !).

2. RESTEZ CALME ET REGULIER.

Le jour J approche, pas facile de garder le contrôle quand tout s'accélère. Pourtant c'est dans ces moments-là que vous devez plus que jamais être aux commandes.

3. SOYEZ REALISTE dans vos objectifs.

Évitez de boucler le travail de 2h en 45min. **Le 1^{er} facteur d'échec de ceux qui n'atteignent pas leur but est d'avoir mis la barre trop haut.**

4. PRENEZ DU REcul.

Essayez d'avoir toujours une idée claire des cours que vous maîtrisez ou non.

5. INSISTEZ SUR VOS MATIERES FAIBLES, pas sur celles que vous aimez.

Un accident sur votre matière forte peut arriver, alors soyez solide dans toutes les matières.

6. NE FAITES PAS D'IMPASSES.

N'écoutez pas les rumeurs sur les sujets susceptibles de tomber au concours. **TOUT** est susceptible de tomber.

7. DORMEZ PLUS.

Pour être au meilleur de votre forme pendant cette période.

Essayez de vous rajouter progressivement 1h30 de sommeil en plus.

8. REVOYEZ 3 FOIS VOS COURS.

Vous devez les revoir au minimum 3 fois pendant vos révisions.

Bien sûr je vous parle de **revoir** et non de **réapprendre** vos cours.

Seul un travail solide pendant vos périodes de cours vous permettra de revoir efficacement pendant vos révisions.

L'objectif étant d'arriver dans un pic de forme au moment du concours.

Comme pour un sportif qui prépare les JO, faites en sorte que ce pic de forme arrive 3-4 jours avant **et pendant vos épreuves**.