

## CHECKLIST : CONCOURS DE SCIENCES PO J-1

| ✓ | <b>A emporter dans son sac</b>           | <b>Pour...</b>  |
|---|--|---|
|   | Ticket de RER pour Villepinte            | S'il s'agit du concours de Paris  |
|   | Musique + Ecouteurs                      | Vous mettre dans votre bulle sur le trajet  |
|   | Une fiche ou deux                        | Ça rassure toujours de relire quelques dates ou mots de vocabulaire dans le RER et puis ça fait mec sérieux qui sait où il va ! |
|   | Convocation                              | Entrer dans la salle  |
|   | Carte d'identité                         | Que votre copie soit acceptée   |
|   | Lunette de vue                           | Ça peut servir...   |
|   | Crayon de couleur / Feutres / Surligneur | Analyser un texte, un sujet, organiser votre brouillon  |
|   | Crayon à papier + Gomme                  | Rédiger vos plans et vos introductions  |
|   | Stylo + Encre                            | Ecrire  |
|   | Effaceur / Blanco                        | Corriger  |
|   | Eau + en-cas                             | Tenir le coup   |
|   | Repas pour le midi                       | La pause de midi  |
|   | Doliprane                                | On ne sait jamais   |
|   | Mouchoir                                 | Avec un texte en Anglais sur Trump, on ne sait jamais, les larmes peuvent venir plus vite que prévu...                          |

| ✓ | <b>A faire la veille</b>  | <b>Pour...</b>   |
|---|---|--|
|   | Bien manger   | Prendre des forces   |
|   | Ecouter de la musique, aller voir un film, méditer, se balader, faire du sport... | Se relaxer   |
|   | Relire quelques fiches (dates d'histoire le plus souvent)                         | Se rassurer et actualiser quelques connaissances, ça ne fait pas de mal ! Mais pas trop hein ? Ça ne sert à rien de passer la soirée à bucher.   |
|   | Mettre 3 alarmes sur votre téléphone  | Vous réveillez le lendemain  |
|   | Se réciter des pensées positives avant de s'endormir                              | « Demain je vais donner le meilleur de moi-même et vais rendre des copies de qualité. Je vais m'épater moi-même. »<br>« J'ai travaillé sérieusement toute l'année, je peux légitimement prétendre à ce concours. »<br>« 50% des candidats viennent les mains dans les poches. »<br>« Bientôt les vacances... » |