

1. ROTINA

Defina um horário de tarefa e estudo diário e cumpra-os.

2. LOCAL DE TAREFA/ESTUDO

Defina um local fixo para os estudos que seja arejado, organizado e longe de objetos que tiram a atenção como: TV, celular, PC e até mesmo canetas e lápis muito enfeitados. (Lembre-se: canetas coloridas servem apenas para destacar o que é importante!)

3. INTERVALO

É importante que faça um intervalo para descansar. Mas tente estudar uma hora pelo menos para que usufrua deste período de descanso de 15 min, no máximo. Caso não consiga, comece com meia hora (10 minutos de intervalo) e aumente gradativamente.

O intervalo serve para alongar, beber água, comer. Nada de jogos, celular, TV; pois dificilmente você conseguirá voltar no horário para retomar sua tarefa/estudo.

4. A IMPORTÂNCIA DAS TAREFAS

Se eu escuto... Esqueço! → Na escola

Se eu vejo... Entendo! → Na escola

Se eu FAÇO... Aprendo! → Em casa

-Você entende o assunto na sala de aula, mas precisa exercitar esse aprendizado. E a melhor forma de isso acontecer é fazendo a tarefa, recapitulando o que foi falado em aula e organizando seus pensamentos.

- A tarefa é um combinado entre o professor e o aluno, é um sinal de comprometimento com o estudo. É um auxílio no desenvolvimento da responsabilidade e autonomia.

5. ORGANIZANDO O CADERNO

Caderno organizado fica mais fácil estudar e as chances de sair bem nas provas aumentam.

- Mantenha as matérias sempre completas e escritas em letras legíveis;
- Após a correção do professor, registre no caderno as respostas corretas;
- Não deixe espaços desnecessários;
- Use uma única cor de caneta (azul ou preta) para escrever, e as demais cores para enfatizar o que é importante.

6. ORGANIZANDO A MOCHILA

- Após a realização das tarefas reorganize sua mochila para o dia seguinte;
- Retire tudo o que tem dentro dela;
- Cheque seu horário das disciplinas do dia seguinte e coloque tudo dentro da mochila. Certifique-se;
- Conserve sua mochila sempre limpa e organizada.

7. DICAS DE ESTUDO

- Não estude deitado. Nesta posição você fica muito relaxado, o que torna difícil manter a atenção;
- Estude longe da TV, Internet, celular, etc.. Qualquer aparelho que possa distraí-lo;
- Mantenha o foco no que estiver estudando;
- Estipule um tempo para ficar só estudando. Pode ser meia hora, uma hora... o importante é concentrar-se nos estudos no período determinado;
- Comece estudar pela matéria mais difícil e depois vá para as que tem mais facilidade.

8. ESTUDAR COMPREENDENDO

LEITURA -É necessário que você leia todo o texto a ser estudado, e em seguida, releia mais devagar, com mais atenção, aprofundando o assunto.

MARCA TEXTO -Serve para “iluminar” as partes principais. Funciona como uma pequena lanterna.

IMAGINAÇÃO - Imagine-se fazendo parte do conteúdo estudado, em cada parágrafo. Lembre-se, o cérebro gosta de imagens!

ILUSTRAÇÃO - Faça um desenho ilustrativo do conteúdo. Quando registramos imagens, fica mais fácil lembrar no momento da prova.

VERBALIZAÇÃO - É de fundamental importância que você verbalize cada parte estudada. Fale sozinho ou para alguém o que você conseguiu gravar em sua memória.

QUEM? ONDE? POR QUÊ? COMO? - Faça sempre estas perguntas e anote-as. Estas questões ajudam a entender melhor o assunto e auxiliam na produção de textos.

ELABORE QUESTÕES - Faça de conta que é o professor e elabore questões bem interessantes sobre o assunto estudado.

RESUMO - Com tantas informações já registradas em sua mente, você já é capaz de fazer um resumo.

Faça um texto reduzido, citando os pontos importantes que foram sinalizados com o marca texto.

9. ESTUDANDO MATEMÁTICA

A- Pratique muito;

B- Tente resolver todos os problemas;

- Procure entender e tire sempre suas dúvidas com seu professor ou alguém que domine o conteúdo;

4- Faça exercícios com propostas diferentes.

NA AGENDA, A PARTIR DA PÁGINA 17/48, HÁ ORIENTAÇÕES MAIS DETALHADAS. LEIA!

Abraços e bons estudos!