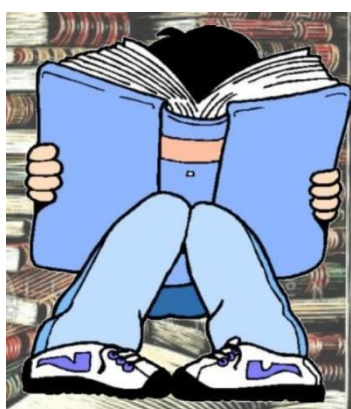


PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO DE ESTUDOS



**COMO
DEVO
ESTUDAR?
ESTUDAR?
ESTUDAR?**

Nosso objetivo é auxiliá-lo em sua organização pessoal. Esperamos que se sinta motivado e desafiado a aprender.

Sabendo como estudar, organizando e priorizando suas atividades cotidianas, aproveitando ao máximo suas potencialidades, você certamente terá condições de reter e associar conceitos.

Algumas orientações serão sugeridas para que melhore seu desempenho na escola e, no futuro, que isso também te auxilie em sua vida profissional. Portanto:

- Transforme o dever numa conquista e substitua a ideia de "obrigação diária de estudar" pela "aventura diária de aprender".
- Estude com motivação, saiba quais são os seus objetivos e com isso obterá melhores resultados.
- Tenha autoconfiança e acredite no seu potencial.
- "Com o saber vem o poder e, com o poder, a responsabilidade. Com o conhecimento você poderá realizar grandes coisas, mas tenha em mente que as grandes coisas exigem tempo e grandes doses de esforço. Esforce-se! Comprometa-se com seu sucesso". Zacaner e Pellegatti.

PASSO A PASSO

- Estabeleça objetivos e metas a serem alcançados;
- Deixe sempre seu material escolar organizado e atualizado;
- Crie uma rotina organizada com horários para estudo diários;
- Procure sempre por um ambiente mais tranquilo para poder estudar e realizar seus trabalhos em casa;
- Desligue sua TV, rádio, celular e computador e concentre-se naquilo que irá realizar;
- Utilize uma agenda para anotações sobre datas de entrega de trabalhos e provas, além de registro sobre pesquisas e informações gerais pertinentes aos seus estudos;
- Dê significado ao que está aprendendo;
- Seja curioso e procure ler e pesquisar para agregar mais conhecimento;
- Forme grupos de estudos com seus colegas;
- Quando tiver dúvidas sobre o conteúdo da matéria pergunte ao seu professor;
- Ensine outras pessoas - A melhor maneira de aprender algo é ensinando! Pratique a troca de conhecimentos com seus colegas (um auxilia o outro nas matérias em que apresentam maior facilidade);
- Dica de leitura: Grife as partes que considera mais importantes para auxiliar na síntese das ideias;
- Se alimente regularmente e corretamente para auxiliar na concentração dos seus estudos;
- Tenha uma boa noite de sono;
- Coloque no seu planejamento a diversão e lazer!
- Descubra qual seu horário de maior produtividade nos estudos (Período da manhã - antes das aulas ou à noite). Dica: observe como

fica sua concentração e memorização nesses períodos e opte por aquele que lhe traga melhores resultados;

- Pratique o que aprende! Fazer atividade sobre o que aprendeu irá reforçar a informação no seu cérebro;
- Escreva para aprender mais fácil: Transcreva o que aprendeu com suas próprias palavras, isso vai te ajudar a personalizar o conteúdo e aprender melhor.
- Faça atividades físicas para liberar a mente criativa: Faça uma caminhada! Isso pode ajudar a liberar sua tensão;
- Evite o stress! Ele prejudica seu aprendizado;
- Seja persistente em seus estudos! Não desista de estudar por causa de um resultado ruim;

Lembre-se "Disciplina com organização dos estudos é a maneira que possibilitará o sucesso na aprendizagem".

O quadro abaixo servirá como **sugestão** de estudo, devendo ser ampliado ou reduzido na medida da sua necessidade. Cada aluno, dependendo do objetivo e do grau de dificuldade, poderá intensificar ou reduzir esse tempo, assim como alternar e/ou substituir as matérias diárias.