

QUARENTENA: E OS ESTUDOS COMO FICAM?



OLÁ!

Eu sou a pedagoga Karla que trabalha na Coordenadoria Sociopedagógica do nosso campus (Bragança Paulista).

E estou aqui para dar algumas dicas sobre estudos durante a quarentena.

Sempre que quiser, você pode me contatar por esse e-mail:

karla.cristiny@ifsp.edu.br ou csp.bra@ifsp.edu.br



ANTES DE A GENTE COMEÇAR...

VOCÊ JÁ VIU O INFORMATIVO DA COORDENADORIA SOCIOPEDAGÓGICA COM
ORIENTAÇÕES SOBRE O COVID-19?



SIM? MUITO BEM!! PODE IR PRA PRÓXIMA PÁGINA 😊



NÃO?! ENTÃO, CLICA AQUI:

[HTTPS://BRA.IFSP.EDU.BR/RECADOS/2007-26-03-2020-CSP-SOCIOPEDAGOGICO-DIVULGA-INFORMATIVO-COM-ORIENTACOES-AOS-ESTUDANTES-SOBRE-A-QUARENTENA](https://bra.ifsp.edu.br/recados/2007-26-03-2020-csp-sociopedagogico-divulga-informativo-com-orientacoes-aos-estudantes-sobre-a-quarentena)

O QUE VOCÊ VAI VER AQUI?

DICAS SOBRE 3 QUESTÕES FUNDAMENTAIS:

1. COMO ORGANIZAR A ROTINA DE ESTUDOS DURANTE A QUARENTENA?

2. COMO ESTUDAR?

3. O QUE ESTUDAR?



ROTINA DE ESTUDOS: DICAS



Tente manter os mesmos períodos para as atividades. Por exemplo, se seu curso é integral, programe estudos para manhã e tarde, de preferência, observando ainda as disciplinas que teria em cada um.



Escolha um lugar específico para estudar, o mais calmo possível, com todo o material que precisa para isso, de tal forma que quando estiver nele sentirá que seu principal foco naquele momento será o estudo.



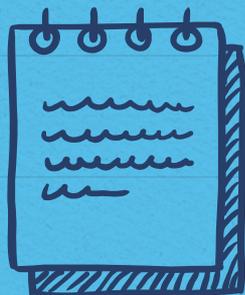
Os períodos de estudos não precisam ter exatamente a mesma duração que teriam as aulas. Observe o que é mais produtivo para você. Estudar horas a fio nem sempre é a melhor estratégia.



Converse com sua família sobre sua rotina de estudos, para que sejam compreensivos com você.



Utilize a Técnica Pomodoro. Estude sem distrações (nada de celular e redes sociais, heim?!) por 25 minutos, depois descanse 5 minutos (faça o que quiser; se estique, beba água, converse com alguém). Após repetir isso por 4 vezes, descanse por meia hora. Seu estudo será muito mais produtivo, pode apostar!



TÉCNICAS DE ESTUDO

Existem muitas e variadas técnicas de estudo. Depois de saber como aprende mais, você conseguirá perceber as suas melhores formas e ferramentas para estudar , porque, como vimos, é algo muito pessoal.



Grifar pontos importantes



Fichamento

Resumo



Prática distribuída+revisões

Estudo intercalado



Teste prático/
resolver exercícios

Interrogação elaborativa



Mnemônicos

Li Na Kartilha Robinson Crusoe Francês
= Li, Na, K,Rb,Cs,Fr (Metais Alcalinos)

Mapa mental



Gravações em áudio

Apresentações para o
espelho/autoexplicação



QUER SABER MAIS
SOBRE ESSAS TÉCNICAS?
AQUI VÃO TEXTOS
INTERESSANTES SOBRE
TODAS ELAS E OUTRAS +



Há muito material na internet, então
fique a vontade pra pesquisar também!



- ✓ https://www.editorasanar.com.br/blog/7-tecnicas-de-estudo-infaliveis-para-qualquer-prova?gclid=Cj0KCQjw1lv0BRDaARIsAGTWD1volfG9zCDGHnvvhOpY5MSUsAz4wl1orDZdmrzl0lhTyMCfbrNujfF0aAq_LEALw_wcB
- ✓ <https://mude.vc/estudo-10-melhores-formas/>
- ✓ <https://exame.abril.com.br/ciencia/6-tecnicas-de-estudo-poderosas-para-concursos-publicos/>
- ✓ <https://www.estrategiaconcursos.com.br/blog/melhores-tecnicas-de-estudo/>



- ✓ Comece revisando toda a matéria que seus professores trabalharam neste ano até agora. Se sentir necessidade, revise conteúdos dos anos anteriores também. Tenha certeza de que não está deixando uma duvidazinha sequer para trás. Lembre-se que você pode entrar em contato com os professores pelo e-mail deles se precisar de ajuda! Aqui você consegue ver o e-mail de todos os servidores do IFSP-Bra:



<https://bra.ifsp.edu.br/servidores>



- ✓ Se você já revisou tudo o suficiente, então pode adiantar a matéria que ainda virá e encarar tudo com mais tranquilidade quando as aulas retornarem.

Sabe onde você pode encontrar os conteúdos que estudará esse ano? No Projeto Pedagógico do seu Curso (PPC), claro! Nunca ouviu falar nele? Calma! Você pode encontra-lo no nosso site: <https://bra.ifsp.edu.br/>. Vai na aba cursos, encontre o seu e, nas informações sobre ele, lá estará o bonitinho. Calma, mais uma vez, porque o documento é longuinho, mas você pode pesquisar por “plano da disciplina” ou “planos de ensino”. Para cada disciplina, de cada ano ou semestre do curso, há um plano desses. Neles há também indicação de bibliografia com os livros básicos para o estudo! Mas é claro que você pode complementar com boas pesquisas na Internet e Youtube!

Essa experiência, é claro, não substituirá a vivência em sala de aula, com seus professores e colegas, mas pode te ajudar a passar melhor por esse momento e se preparar para o que virá!

- ✓ Seus professores também disponibilizarão atividades de apoio (não serão trabalhados novos conteúdos, ok?) durante a quarentena para ajudar vocês a continuarem estudando. Tudo será publicado lá no nosso site:



<https://bra.ifsp.edu.br/coronavirus>

- ✓ Se está no terceiro ano do Ensino Médio e já sabe quais vestibulares quer prestar, também já deve estar ligado ou ligada que uma dica essencial é resolver provas anteriores. Essa dica também vale pra quem quer se preparar para aquela maravilhosa competição de conhecimentos. Então...





LOVE TO
LEARN

A QUARENTENA SÓ VAI ATRAPALHAR SEUS ESTUDOS SE VOCÊ
DEIXAR!

DICA BONUS!

“É brincadeira, mas é estudo!”

INCLUIR JOGOS NA ROTINA? POIS SIM!



Muitos jogos são excelentes para o desenvolvimento do raciocínio lógico e até de conhecimentos específicos.

Por isso, aqui vai uma proposta:

Toda sexta-feira, durante a quarentena, compartilharemos com vocês um jogo nas categorias abaixo:

Jogue sozinho 

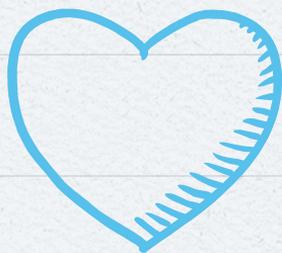
Chame a família 

Jogue online com os 

A gente te desafia a jogar, compartilhar nas redes sociais marcando o @ifspbra e mostrar pra tudo mundo que aprender pode ser divertido também!

Se tiver dicas de jogos, por favor, manda pra gente (e-mail: csp.bra@ifsp.edu.br)!





OBRIGADA E BONS ESTUDOS!

Ainda precisa de alguma ajuda sobre esse assunto?

Me manda um e-mail: karla.cristiny@ifsp.edu.br