

PISTAS PARA UM ESTUDO COM SUCESSO



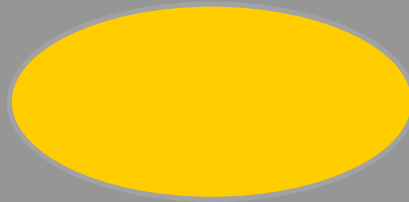
“à vossa maneira”

MOTIVAÇÃO PARA A APRENDIZAGEM

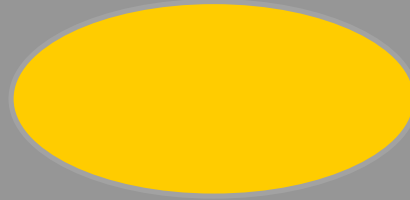
Eu consigo,

MOTIVAÇÃO PARA A APRENDIZAGEM

- importância de diferentes estilos de **motivação**



intrínseca



extrínseca

MOTIVAÇÃO PARA A APRENDIZAGEM

- motivação **intrínseca**

- prazer de aprender, curiosidade espontânea, desejo de autorrealização ...

mas também

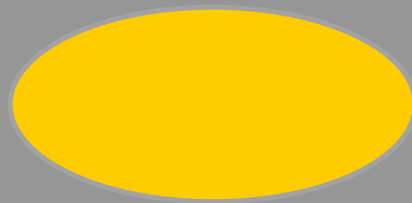
- motivação **extrínseca**

- vontade de agradar a outros, desejo de aceitação social...

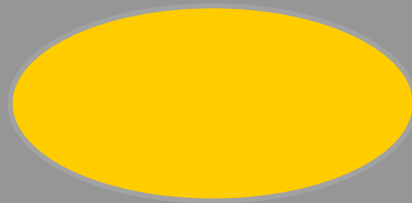
APRENDIZAGEM: UM PROCESSO CONSTRUÍDO



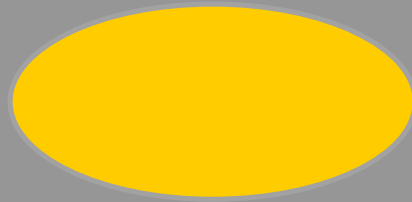
APRENDIZAGENS COM SUCESSO



método de trabalho



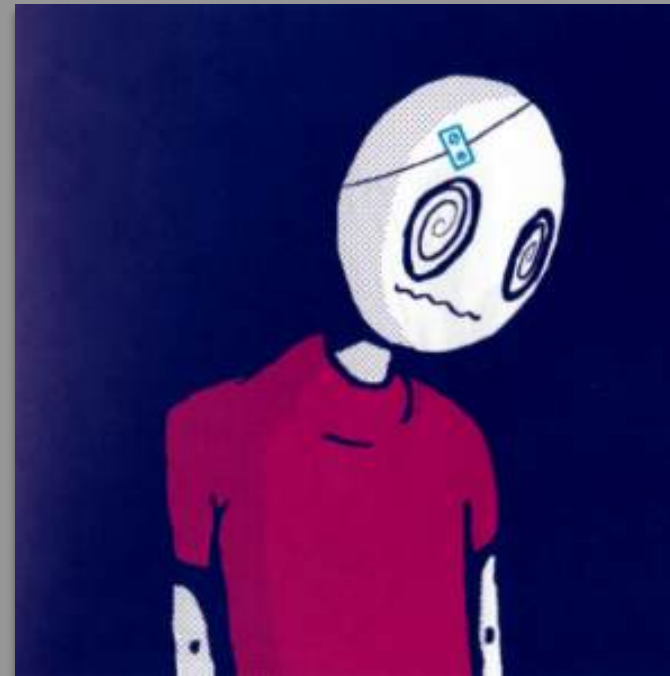
significado das aprendizagens



autonomia no estudo

INSUCESSO / SUCESSO

com "conta, peso e medida"



ESTUDO COM SUCESSO

- “à vossa maneira”

métodos e **técnicas** de estudo adequados às características e necessidades de cada um



mais **sucesso** no estudo

INSUCESSO / SUCESSO

menos é mais

- Nem sempre mais é melhor
 - estudar menos mas **estudar melhor** pode ser o caminho para obter melhores resultados

PAUSA

PLANO INDIVIDUAL PARA UM ESTUDO COM SUCESSO

- primeiras pistas:
 - A estabelecer objectivos / metas
 - B ganhar hábitos de trabalho
 - C ser persistente

A OBJECTIVOS / METAS PESSOAIS

- estabelecer objectivos “realistas”
 - ao alcance de cada um,
 - considerando as competências já adquiridas e as a adquirir
 - concretizáveis no tempo disponível



A OBJECTIVOS / METAS PESSOAIS

- o que posso ambicionar?

o que devo
ambicionar
=
ao que
posso
ambicionar
+
um pouco



Ilustração > António Marques

“ quando eu for grande ”

B HÁBITOS DE TRABALHO

- trabalhar com regularidade, sem esquecer
 - a importância do lazer



B HÁBITOS DE TRABALHO

- a necessidade de descanso



Ilustração > Geraldo Valério

C PERSISTÊNCIA

- persistência no estudo



C PERSISTÊNCIA

- procurar resolver as dificuldades,
 - expondo dúvidas, mudando de método/estratégia, pedindo apoio, ...


ajudar o professor a ajudar

cruzar os braços não é bom hábito de trabalho

PAUSA

SITUAÇÕES DE TRABALHO

- considerar diferentes situações de trabalho:
 - com o professor
 - em equipa (pequeno grupo)
 - com colegas
 - individual
- definir estratégias pessoais adequadas para o trabalho:
 - na sala de aula
 - na sala de estudo
 - em casa



não esquecer que cada turma é também uma **equipa**: reúne diferentes saberes e experiências, diferentes modos de pensar

ALGUMAS PISTAS PARA A SALA DE AULA

- organizar caderno
 - por temas, actividades, período lectivo, ...
- participar nas actividades
 - a participação implica mais concentração

ALGUMAS PISTAS PARA A SALA DE AULA

- tirar **apontamentos**
 - registar ideias e conceitos-chave
 - fazer esquemas
 - usar abreviaturas
- registar **dúvidas** e respectiva resposta
 - solicitar, sempre que necessário, o apoio do professor
 - combinar com o professor modo alternativo para o esclarecimento de dúvidas (fora da sala de aula)

ALGUMAS PISTAS PARA O ESTUDO NA ESCOLA

- recorrer, sempre que necessário, ao **apoio educativo** disponibilizado na SE
- utilizar os espaços disponíveis na Escola (ou outros) para **estudar em grupo**
 - realização de trabalhos de grupo
 - partilha e colaboração em tarefas individuais

ALGUMAS PISTAS PARA O TRABALHO EM CASA

- estabelecer um local de trabalho
 - bem iluminado
 - sem fatores de dispersão (jogos de computador, televisor, etc.)



ALGUMAS PISTAS PARA O TRABALHO EM CASA

- não esquecer que o **telemóvel** pode ser mais um dos fatores de desconcentração

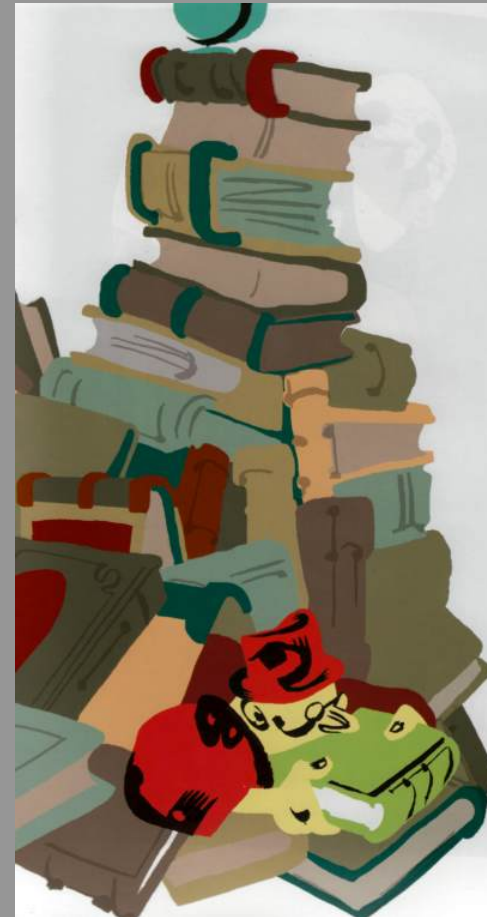
enviar e
receber
mensagens
durante o
estudo ?



Ilustração > Pedro Proença

ALGUMAS PISTAS PARA O TRABALHO EM CASA

- organizar os materiais
 - manter acessíveis todos os materiais de trabalho que vão ser necessários
 - arrumados
 - ou “bem desarrumados”



ALGUMAS PISTAS PARA O TRABALHO EM CASA

- estabelecer **horário** de estudo (semanal)
 - estabelecer tempos destinados a cada tarefa ou disciplina
 - alternar o estudo com outras atividades, nomeadamente de lazer e descanso

A MINHA AGENDA

semana de ____ a ____ de ____

| dia | hora | Tarefas |
|----------|------|---------|
| 2ª feira | | |
| 3ª feira | | |
| 4ª feira | | |
| 5ª feira | | |
| 6ª feira | | |
| sabado | | |
| domingo | | |

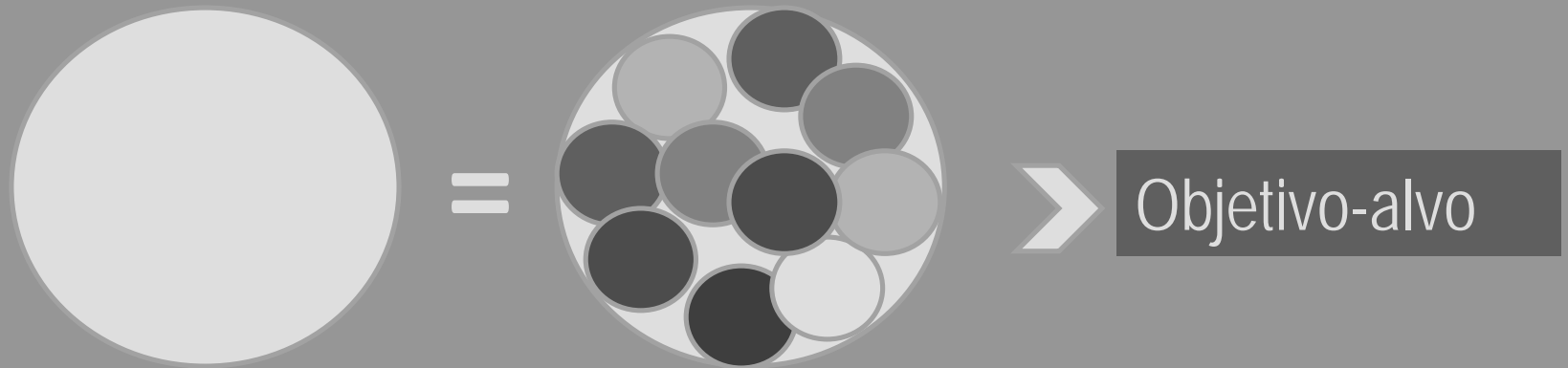
ALGUMAS PISTAS PARA O TRABALHO EM CASA

- estabelecer o tempo de duração do estudo
 - dividir em períodos curtos (1 – 1 ½ hora) com pequenos intervalos (5 – 10 minutos)
 - aproveitar bem os intervalos



OUTRAS PISTAS

- dividir a tarefa ou problema a resolver em pequenas tarefas ou problemas mais simples

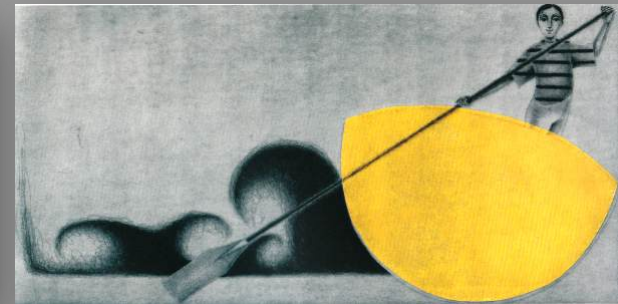
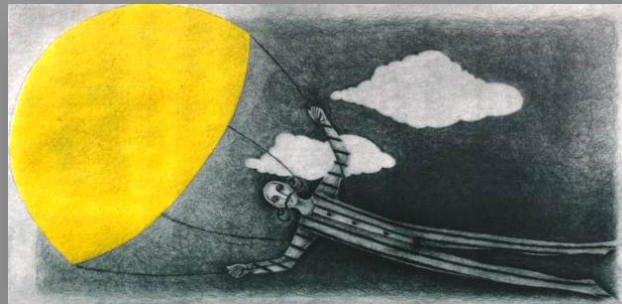


OUTRAS PISTAS

- dividir o tema a tratar em **subtemas**
 - criar títulos e subtítulos
- dividir a situação a resolver em **sequências de procedimentos**
- fazer **listas de conhecimentos e competências adquiridos e a adquirir**

OUTRAS PISTAS

- experimentar diferentes processos de resolução de um mesmo problema, comparar processos e verificar que a mesma “ferramenta” pode permitir resolver diferentes problemas



OUTRAS PISTAS: TESTES, EXAMES, ...

- estabelecer horário para o estudo / revisão
- fazer listas de conteúdos a rever / tarefas a realizar
- estudar, sempre que possível, pelo material já produzido pelo próprio (apontamentos, dúvidas - respostas, exercícios, etc.)
- analisar e aprender com erros cometidos anteriormente

OUTRAS PISTAS: TESTES, EXAMES, ...

- evitar estudar na véspera
 - deixar tempo para o esclarecimento das **dúvidas de última hora**
 - deixar tempo para que a **nova informação** estabeleça relações com a informação já adquirida
- comer bem e dormir (des)cansado

PAUSA

APRENDIZAGEM COM SUCESSO

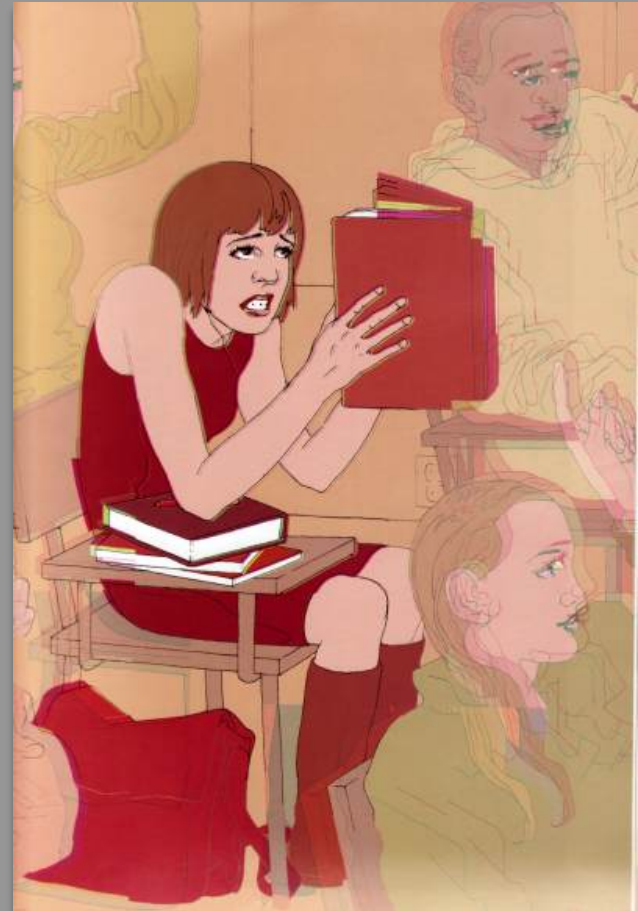
- e se ...

eu ainda não
consigo

APRENDIZAGEM COM SUCESSO

- boa altura para **avaliar** o que foi feito, para procurar novos caminhos, **novas estratégias** pessoais de aprendizagem

e para **voltar a tentar**



#

GBS

Bom trabalho