

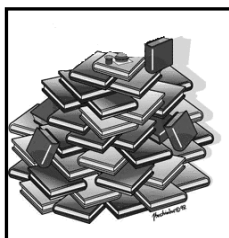
Guião - "Como organizar o Estudo antes dos Testes"

Nome: _____

Turma: _____ N.º: _____ Data: ___ / ___ / ___

Lê atentamente este Guião e prepara-te para o Teste!

1. "Não sei por onde começar".



Mantém a calma, para começar, faz uma *lista das coisas* que tens que fazer, definindo um **plano de estudo** e estabelecendo **prioridades**.

Distribui o tempo que dispões pelas várias tarefas a realizar.

Não faltes às aulas, pois podes perder revisões da matéria bem como indicações da professora sobre o teste.

Tenta seguir rigorosamente o plano que traçaste.

Não te esqueças que o teu estudo será proveitoso se começares a preparar-te **com tempo** para o teste, estudando uma ou duas horas por dia.

2. "Tenho tanto para estudar...e tão pouco tempo!"



Lê com **atenção**, os teus apontamentos e notas, para relembrares os conteúdos mais importantes.

Verifica quais os **temas** ou **conteúdos**, em que tens **dúvidas**, e que precisam de uma **atenção especial**.

3. " Este Tema é tão aborrecido..."



Deves perceber os textos que estás a ler.

Coloca a questão " *O que tenho de saber sobre este Tema?*"

À medida que vais lendo, deves ir **sublinhando e tirando notas**.

Discute os conteúdos estudados, com outros colegas, **se puderes, estuda em grupo**.

Em relação aos "*temas que não gostas*", deves fazer um esforço, para as trabalhares, **evitando sempre** "saltar" determinados conteúdos.

4. "Leio, percebo, mas não consigo integrar as novas informações nos conhecimentos de que disponho."



Todos sabemos quando compreendemos os conhecimentos e informações que estamos a estudar, e quando é que estes fazem sentido.

À medida que vais estudando, **tenta trabalhar os teus conhecimentos**, aplicando-os a situações reais.

Podes utilizar algumas técnicas:

a) Uma forma de memorizar, é dar à informação mais sentido, é utilizar alguns tópicos.

Para recordares os aspectos que estão presentes num texto, podes

organizá-los, utilizando a primeira letra que os inicia:

Quem, Quando, O Quê, Onde, Como, Porquê, Para Quê;

b) Podes associar as novas informações, que adquiriste, a aspectos ou outras informações que te são familiares.

Para **recordar** uma **fórmula** ou **equação**, podes utilizar as letras do alfabeto para **simbolizar** os algarismos, transformas assim uma fórmula abstracta numa palavra ou frase com sentido, que **será facilmente recordada** quando necessário.

Cria uma **Mnemónica**, para um conteúdo, **difícil** de memorizar.
Por exemplo a ordem dos planetas no Sistema Solar: Mercúrio, Vénus, Terra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano, Neptuno.

Frase: " **M**inha **V**izinha **T**em **M**uitas **J**óias, **S**ó **U**sa no **N**atal.

5. " Há tanta informação para Saber!"



Organizar a informação através de esquemas ou fichas, é uma boa estratégia para preparar mais rapidamente os conteúdos estudados, podes fazê-lo:

Tirando notas, fazendo resumos; estabelecendo relações entre os vários conteúdos;

Agrupando a informação em grupos, sempre que possível;

Criando **mapas de conceitos**, organizando e **relacionando as informações**.

6. "Penso que compreendo os Conteúdos".



Testa os teus conhecimentos.

Coloca **questões**, **sobre os conteúdos** que estudaste, recordando as indicações e recomendações do professor sobre o teste.

Analisa com atenção as relações entre os vários aspectos do assunto que estudaste.

Tenta **escrever**, **por palavras tuas**, os novos conceitos e informações.

7. "Sabia os conteúdos, mas agora tenho dúvidas!"



Depois de leres, os apontamentos e textos, tenta recordar as informações neles contidas.

Tenta **responder às questões que elaboraste** para cada conteúdo.

Se não conseguires, **lê, com atenção novamente**, os aspectos em que tens mais dificuldades.

Quanto **mais tempo dedicares ao estudo**, mais facilmente compreenderás os conteúdos.

Não te esqueças, contudo, que **estudar é essencialmente organizar** as novas **informações**, nos conhecimentos que já possuis.

8. "Gosto de estudar na cama."



O ambiente físico, deve ser semelhante, na medida do possível, ao contexto em que vai decorrer o teste.

9. "Não me deito enquanto não souber este aspecto deste Tema!"



Evita a exaustão.

Faz **pequenos intervalos** durante o teu estudo **para relaxares** um pouco, fisicamente e mentalmente, tentando não pensar no teste.

Procura estar **calmo e descansado** antes do teste.

Alimenta-te bem, **dorme** e procura fazer algum exercício físico, relaxa.

Bom Estudo e Bom Teste!