



CARTILHA DE ESTUDOS 2020



FACULDADES
PROMOVE

K FACULDADES
KENNEDY

**CAR
2020**



Aleva, Natanael Átilas

Cartilha de estudos 2020 / Natanael Átilas Aleva
Revisado por Imaculada Conceição Santos
Fernandes – Belo Horizonte: Faculdades Promove,
2020.
6p.

1. Documento institucional. 2. Estudo-Cartilha.
I. Fernandes, Imaculada Conceição Santos. VI.
Título

CDU 002.1

**CAR
2020**



Caro Estudante

A suspensão das aulas presenciais, em virtude da propagação do COVID-19, foi uma medida de segurança mundial para a sua saúde e de sua família. Isso, não é motivo para que você deixe de estudar e aprender com a qualidade de sempre.

Nesse sentido, você está recebendo todo o suporte necessário para ter acesso a cada um dos seus componentes curriculares, atividades e avaliações. Seus professores não têm medido esforços para que sua aprendizagem seja de qualidade, mesmo diante de tantos desafios.

É importante lembrar que você está tendo aulas remotas, atividades e avaliações nos mesmos dias e horários, permitindo uma interação diária com seus professores. Sabemos e confiamos no seu potencial e por isso enviamos a seguir algumas dicas de estudos em casa.

Contamos com seu esforço e dedicação para não perder tempo e continuar aprendendo e ampliando seus saberes.

Vamos juntos!

O que você vai precisar?

Autoconfiança, controle do tempo, disciplina e disposição.

NÓS VAMOS TE AJUDAR!



Por mais que a sua casa não seja sua instituição de ensino, ter um **cronograma de estudos**, com rotina definida e uma boa organização daquilo que precisará ser estudado ao longo da semana, é fundamental para que você não adie os seus estudos.

Como estudar em casa

Crie **horários fixos durante a semana** para começar e terminar os seus estudos. Se em um determinado dia você precisar mudar os seus horários para realizar outras atividades, volte à rotina normal no dia seguinte. Esses hábitos te ajudarão a disciplinar o seu corpo e a sua mente sem sacrifícios.

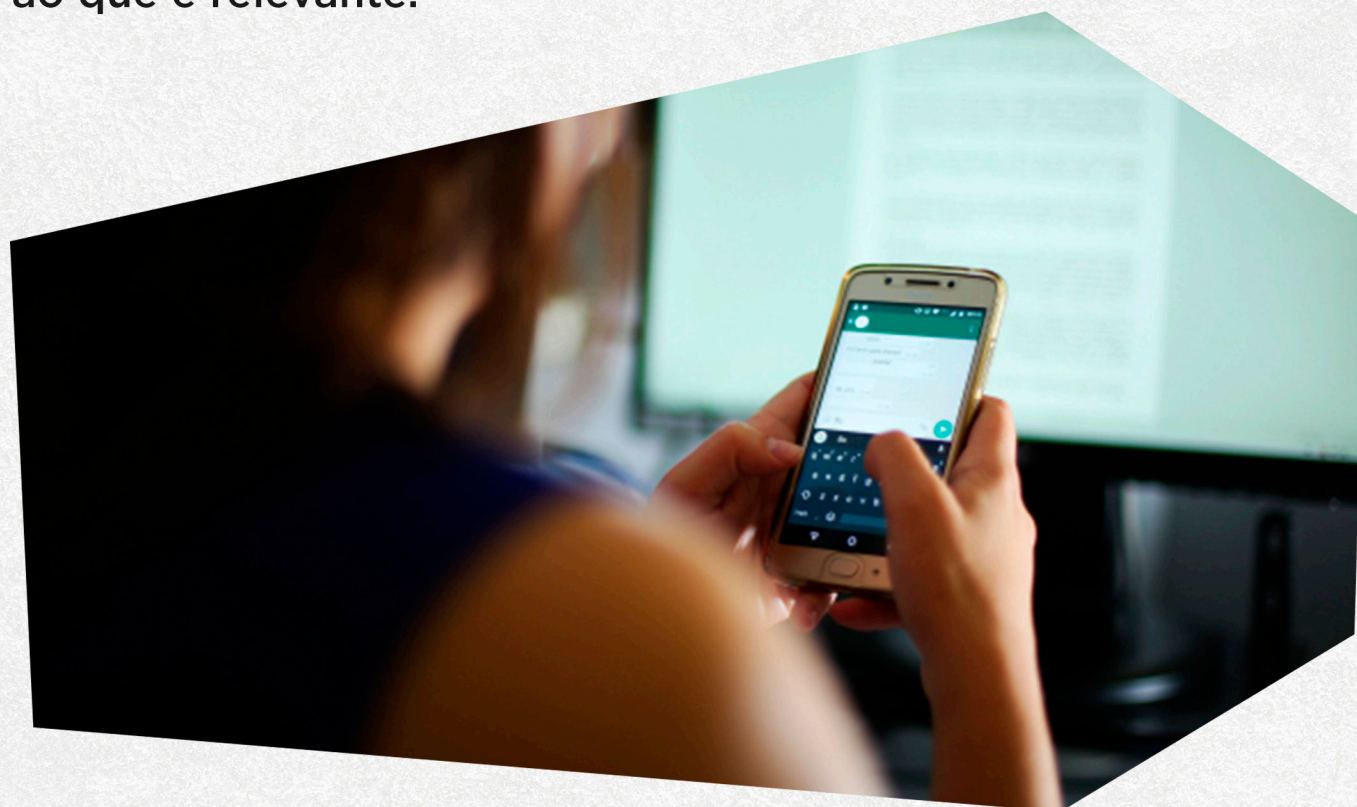
Crie horários fixos durante a semana para começar e terminar os seus estudos. Se em um determinado dia você precisar mudar os seus horários para realizar outras atividades, volte à rotina normal no dia seguinte. Esses hábitos te ajudarão a

- » Reserve um tempo para o estudo de cada matéria e se organize;
- » Procure estudar em um local silencioso e tranquilo;
- » Escreva quais são suas dificuldades e procure pesquisar teorias que falem a respeito; busque ir além do conteúdo dado;
- » Evite estudar próximo à televisão, celular, computador. Estes meios de comunicação podem tirar sua atenção no estudo;
- » Busque criar uma rotina de estudos diários.

- » Procure estudar as matérias assim que forem apresentadas pelo professor, desta forma, você conseguirá assimilar melhor o conteúdo;
- » Anote suas principais dúvidas e leve para o professor esclarecer;
- » Faça uma leitura prévia da matéria que será apresentada na próxima aula;
- » Busque estabelecer um horário, no qual você consiga se concentrar com mais facilidade, como por exemplo: Há pessoas que conseguem manter-se concentradas a noite, outras pela tarde etc;
- » Durante a leitura de textos longos, busque sublinhar as partes as quais considere mais importante, faça resumos, para fixar as ideias centrais do texto;
- » Procure atualizar-se por meio de sites e noticiários confiáveis;
- » Busque ler livros a respeito de assuntos que lhe despertem o interesse. Dessa forma, você criará maior gosto pela leitura;
- » Procure descansar o suficiente para seu organismo recuperar as energias. Uma mente fadigada não consegue reter conhecimento e aprender.

Tenha cuidado com as distrações

Nesse momento, a internet é uma importante aliada na sua rotina de estudos, mas com ela você tem acesso a qualquer informação à distância de um clique. Portanto, não se distraia com as suas redes sociais ou em sites que não estão ligados ao que é relevante.



Princípios sobre o ato de estudar

É importante destacar que um indivíduo motivado consegue realizar melhor as tarefas e obter maior sucesso em suas atividades. Portanto, busque **quais são suas principais motivações nos estudos** e lembre-se dos principais motivos que o levaram a ingressar na faculdade, pois desta forma você terá maior prazer em suas tarefas acadêmicas.

Vale lembrar que cada um tem sua preferência na forma de como estudar, logo nem todas as dicas dadas nessa cartilha podem ser as mais eficientes para você. Pensando nisso, tente experimentar todas as dicas para fazer suas escolhas, já que ter estratégias de estudo é de muita importância para seu desenvolvimento acadêmico e profissional.

INICIANDO A ROTINA DE ESTUDOS

Primeiros passos

- » Liste as disciplinas que você tem em sua carga horária na instituição;
- » Pense em quais disciplinas você tem mais dificuldade;
- » Defina os horários que você tem disponibilidade para estudar;
- » Defina o local em que você irá estudar;
- » Monte seu quadro de estudos como no modelo a seguir.

Plano de Estudo - Disciplina
Dia
Unidade temática
Objetos do conhecimento
Habilidades
Conteúdos relacionados

A HORA DE ESTUDAR

Antes de assistir às aulas

» Procure sempre fazer leituras prévias sobre o conteúdo a ser dado no dia de aula. Apesar de não gostar de estudar certas disciplinas, lembre-se de que, independentemente da afinidade com o tema, todas elas são essenciais para a sua formação. Isso significa que você deve estudá-las com a mesma atenção e dedicação.

Durante as aulas

- » Tente ao máximo não se distrair;
- » Evite o uso de celular enquanto estiver on line;
- » Procure diminuir as conversas paralelas;
- » Anote tudo que considerar importante;
- » Pergunte sempre que estiver com dúvidas.

O lugar propício para estudar

- » Tranquilo, iluminado e sem muitas distrações;
- » Que tenha mesa com um bom espaço para seus materiais;
- » Posição confortável e cadeira adequada para sua postura;
- » Separe um copo ou garrafa de água para deixar na mesa (cuidado para não molhar os papéis);
- » Foque nos estudos! Desligue a tv, o som/música e se possível, avise aos colegas/familiares próximos a você que precisa se concentrar.

ATENÇÃO

- » Defina as atividades diárias mais importantes, como: a hora de acordar, de dormir, os horários de comer, a hora dedicada para os estudos e inclusive os momentos de descanso.

Tente se organizar para estudar de segunda a sábado, no domingo, procure descansar e realizar outras atividades. Saber conciliar obrigações com a sua rotina pessoal é muito importante para evitar o estresse.

Troque informações

» É fundamental que você participe de fóruns online para buscar informações complementares e interagir com pessoas que estão estudando o mesmo que você. Além de compartilhar experiências e aprofundar seu conhecimento, você investirá em networking.



Não acumule conteúdo

» Revisar o material estudado também é imprescindível durante o seu plano de estudos, pois ajuda a fixar melhor o conteúdo. É comum, por exemplo, que aquele tema que parecia não ser muito relevante seja deixado para depois e, por fim, acabe sendo essencial. Então, jamais deixe os conteúdos se acumularem, pois você pode se perder e acabar deixando de estudá-los.

SEU SUCESSO É O NOSSO!
Vamos juntos vencer esse
desafio rumo a sua graduação.





CARTILHA DE ESTUDOS 2020

FACULDADES
PROMOVE

FACULDADES
KENNEDY

vestibular.faculdadepromove.br
vestibular.kennedy.br

 (31) **98488-7050** • **0800 031 2103**

   /faculdadespromovebh

   /faculdadeskennedy

Empresas Parceiras

Google for Education