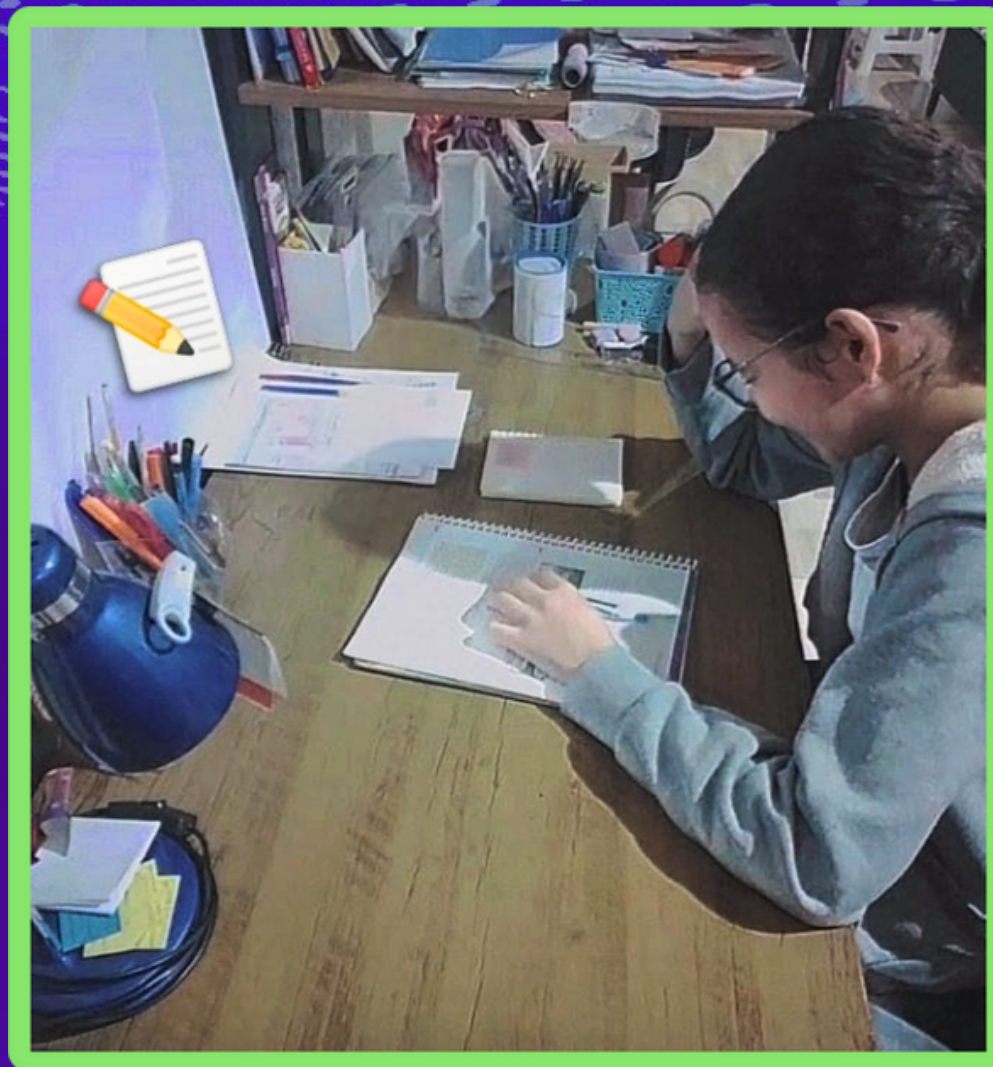




7 DICAS

DE ESTUDO DA ISABELA



**Estudante da EMEF Chácara Turística
ensina como se preparar para as provas!**



DICA 1

NÃO FIQUE HORAS ESTUDANDO!

“Esqueça aquela história de estudar 6, 8, 10 horas seguidas. Isso não funciona. Seu cérebro tem um limite. Estudar horas e horas sem parar só vai te deixar cansado e você não vai absorver quase nada. Menos é mais, desde que seja bem-feito.”

DICA 2

USE MÉTODOS DE ESTUDO

Experimente o Pomodoro:
25 minutos de foco + 5 de pausa.

A cada 4 ciclos, uma
pausa maior.

Seu foco vai agradecer!



DICA 3

DIVIDA EM BLOCOS

Divida o conteúdo em blocos, ao invés de tentar estudar toda a matéria de uma vez.

Fica mais leve e mais fácil de entender.





DICA 4

SEJA ATIVO!

Faça resumos de palavras, grife pontos importantes, resolva exercícios e o principal: tente explicar o conteúdo em voz alta, como se fosse o professor. Se você conseguiu explicar, então entendeu a matéria de verdade.



DICA 5

PLANEJE-SE!

**Não deixe para estudar na
véspera da prova,
comprometendo a quantidade
de conteúdo.**

**Monte um plano e revise um
pouco por dia.**



DICA 6

DESCUBRA SEU ESTILO

Descobrir seu estilo de estudo
é o caminho para ter bons
resultados, seja fazendo mapas
mentais, resumos, fichas, etc.

Encontre o que mais
funciona pra você!

DICA 7

TENHA UM CRONOGRAMA

Divida as matérias por dia
e siga sua rotina.

Organização é meio caminho
para o sucesso!





SEJA VOCÊ TAMBÉM UM BOM DE PROVA

“A educação vai muito além do português e da matemática. A educação te ajuda a se desenvolver como pessoa”.

Isabela da Costa Peixoto