

Aprendendo com as aulas on line

La
Salle
Pão dos Pobres



Preparamos algumas dicas
para vocês terem sucesso nos
estudos durante a continuação
das aulas on line.

Fabiane Flores - Orientadora Educacional e Psicóloga

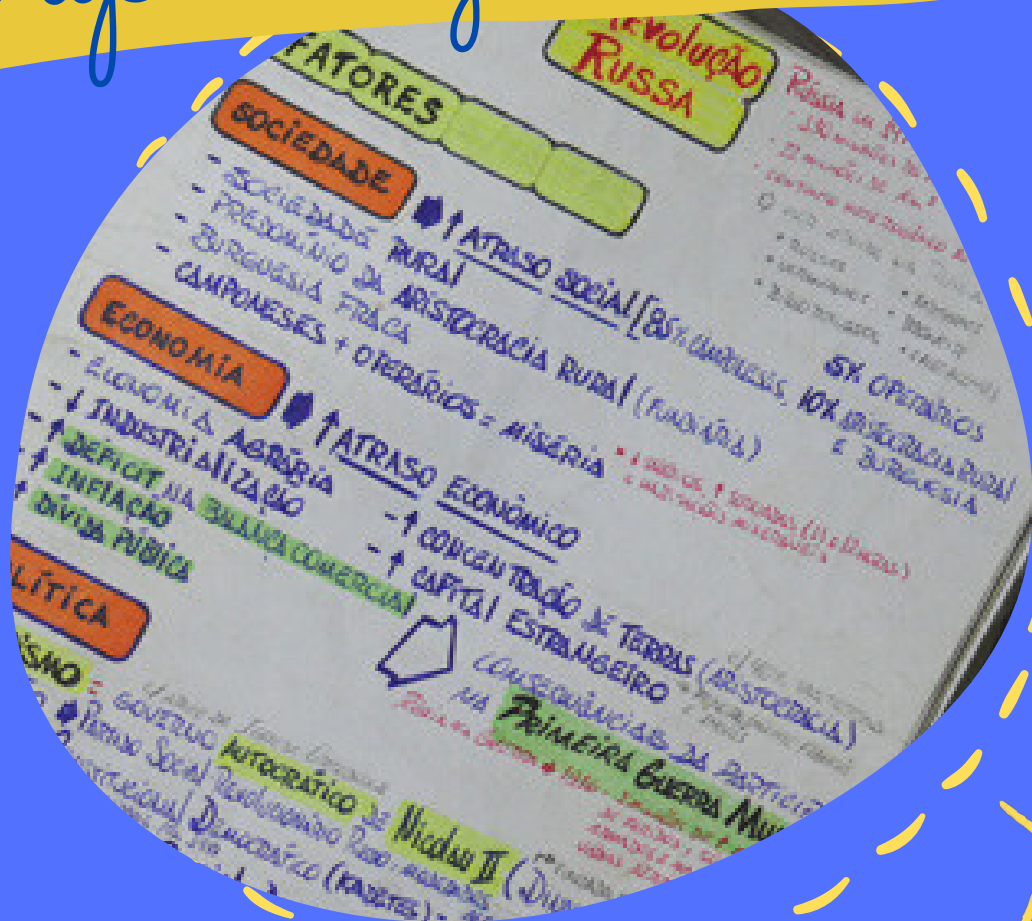
Aprendizado



1 - Você poderá pensar que não está aprendendo, mas está! O aprendizado com as aulas on line é novo e exige disciplina.

2 - Busque outras maneiras de estudar para fixar o conteúdo como vídeos, exercícios e atividades para exercitar o cérebro.

Como funciona meu aprendizado?



- 1 - Cada pessoa é única e seu aprendizado também.
- 2 - Existem maneiras de fixar o conteúdo estudado.
- 3 - Teste seu aprendizado (que poderá ser com):

Auto-explicação (você lê o texto e explica para você mesmo, pode gravar) *Resumo* (destacar as partes principais do texto), *Mapas ou esquemas mentais* (organizar informações com palavras chaves) e *Testes práticos* (exercícios).

Como funciona meu aprendizado?

Ouvir música durante o estudo



Funciona

Não funciona

Nunca tentei

Leitura silenciosa: caderno, livro, texto...



Funciona

Não funciona

Nunca tentei

Fazer resumo do conteúdo



Funciona

Não funciona

Nunca tentei

Fazer esquema do conteúdo



Funciona

Não funciona

Nunca tentei

Escutar a explicação do conteúdo



Funciona

Não funciona

Nunca tentei

Organização



1 - Defina metas diárias ao invés de um cronograma semanal para facilitar que você conclua e não deixe para depois.

2 - Volte ao portal da escola e verifique se realizou todas as atividades (elas estão organizadas por datas).

Tempo



- 1 - O tempo na sua casa é o mesmo da escola e equivale a 50 minutos de aula. Você pode reservar 2 períodos por dia para estudar.
- 2 - Não esqueça de fazer os intervalos de 10 à 15 minutos para descontraír.

Motivação e Produtividade



- 1 - É normal que durante a pandemia nem todos consigam ter o mesmo rendimento. Não se culpe!
- 2 - Mas lembre-se que é **Você** que decide o quanto e como irá dedicar-se para atingir seu objetivo.
- 3 - Não deixe o desânimo prejudicar você!

Saúde Física e Emocional



- 1 - Lembre-se que você precisa cuidar de sua saúde física e mental. Permita-se fazer atividades prazerosas e valorize-se.
- 2 - Preste atenção em **Você** e verá se está mais ou menos produtivo e corrija o que for possível. Peça ajuda caso não consiga!!!

A força do pensamento:

Sonhe



Acredite



Conquiste



1 - "Se errar, tente de novo".

2 - "Acredite que você é capaz".

3 - Cuide de sua mente, o pensamento que você
rega cresce!.