

Professora: Tâmara Santos

Aluno(a): _____ **Disciplina: Ciências** **Série: 9^o (A/B)**

COMO ESTUDAR PARA CIÊNCIAS DA NATUREZA E SUAS TECNOLOGIAS

PREPARANDO-SE PARA ESTUDAR

1- Separe um tempo – Para começar a estudar é necessário ter um tempo certo, você não pode pegar os livros de ciências, colocar na mesa e estudar por horas e horas. Um aspecto que você precisa entender desde já é que, é possível render muito melhor se estudar pouco tempo. Separe cerca de 2 horas para estudar essa matéria e pare por 10 minutos quando der a primeira hora, para poder levantar, descansar um pouco, beber água, se alongar ou fazer qualquer outra coisa que não seja estudar. Você vai voltar para a próxima uma hora de estudo renovado e bem diferente, pronto para aprender muito mais. Se você não parar esses 10 minutinhos, vai perceber que o rendimento no final vai cair muito. Depois escolha outra matéria para estudar, não fique na mesma área por muito tempo.

2-Defina um local específico para estudar. A sua área de estudos deve ser tranquila e livre de distrações. [1] Ela deve ter uma boa iluminação e ventilação, uma cadeira confortável (mas não tão confortável) e um espaço que comporte todos os seus materiais. Evite ficar próximo à distrações, como telefones, aparelhos de som, TVs e amigos ou colegas de quarto.

3. Faça um plano de estudo – É importante fazer um plano de estudo para aprender qualquer matéria, nesse plano você vai selecionar o que é necessário estudar e o que você já sabe e só precisa de uma pequena revisão. É possível também colocar o que você vai aprender em cada dia, o tempo destinado aos exercícios, entre outras coisas, só não deixe de fazer esse plano, ele é essencial.

FAZENDO E ESTUDANDO AS ANOTAÇÕES

3-Crie mapas mentais: a técnica dos mapas mentais auxilia nos estudos e projetos, pois cria uma ramificação de informações importantes sobre um determinado assunto, facilitando o aprendizado e memorização. Siga os seguintes passos para fazer um mapa mental:

1. Coloque no centro de uma folha em branco o assunto a ser abordado;
2. Não tenha medo de inserir figuras, símbolos e códigos relacionados à temática;

3. Selecione as palavras-chave e as escreva com letras minúsculas ou maiúsculas;
4. Trace linhas conectando as ideias. Elas precisam estar interligadas a partir do desenho central;
5. É importante utilizar, pelo menos, três cores diferentes para, além de facilitar o agrupamento de pensamentos, favorecer a memorização do conteúdo;
6. E, por fim, use muito a sua criatividade!

4-Faça exercícios – Ler e **fazer resumos** não é suficiente, você também vai precisar fazer exercícios para fixar melhor a matéria. Praticar o que você leu e aprendeu é importante para conseguir lembrar tudo o que precisa.

5-Faça grupo de estudo: quando bem utilizados, os grupos de estudos auxiliam no aprendizado de quem está com dificuldade e ajuda a fixar o conteúdo dos estudantes que dominam a matéria.

6- Pergunte ao professor – Com toda certeza você vai ter dúvidas durante seu **estudo de ciências**, muitas vezes, se você pesquisar um pouco, pode até conseguir compreender um pouco mais sobre o assunto, mas se você anotar e deixar para perguntar ao professor, pode ser que a explicação dele seja mais simples, fácil de compreender e até mais interessante, por isso não deixe de perguntar ao professor quando surgir a dúvida.

7. Veja documentários – Existem documentários para todos os tipos de matéria e assunto, provavelmente você vai encontrar um documentário sobre o assunto que você está estudando. Por isso não deixe de assistir, essa é uma **forma de estudar**, uma maneira bem tranquila e divertida, que serve muito mais do que apenas entretenimento.

8. Use a internet a seu favor – Você sabe que é possível encontrar de tudo na internet, não é mesmo? Por isso você precisa usar ela a seu favor e estudar usando tudo o que ela oferece, você pode encontrar cursos, matérias, artigos sobre o tema que está estudando, pessoas dispostas a ajudar no seu estudo e muito mais. Use tudo o que a internet pode mostrar, desde artigos até vídeo aulas.



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
COLÉGIO DE APLICAÇÃO**

**Av. Marechal Rondon S/N, Rosa Elze. CEP: 49100-000
(79) 3194-6930/6931 – direcao.codap@gmail.com –**



Lembre-se de que descansar bem é muito importante. Você conseguirá aprender melhor se dormir o suficiente.

AVISOS:

- Não cole! Você vai acabar sendo pego e ficando com nota baixa.
- Não deixe para estudar de última hora. Estude desde o primeiro dia de aula. Você pode até mesmo fazer uma leitura preliminar *antes* de as aulas começarem.
- Não fique revisando sempre a mesma coisa. Tente planejar o tempo para conseguir estudar tudo o que vai cair na prova.
- Crie o hábito de revisar suas anotações todos os dias depois da aula. Não deixe para fazer essa leitura de última hora, revise as anotações logo e consulte o livro para tirar as dúvidas.
- No caso de dúvidas, fale com o professor.

Fonte

<https://canaldoensino.com.br/blog/8-dicas-de-como-estudar-ciencias-biologicas>

<https://pt.wikihow.com/Estudar-para-uma-Prova-de-Ci%C3%A2ncias>