



# **#ESTUDOEMCASA**

ORIENTAÇÃO PARA O TRABALHO AUTÓNOMO 1.º Ciclo

Como já referido no bloco anterior, para teres sucesso, basta organizares-te. O estudo flui se houver organização.

As dicas partilhadas foram seguidas?

Reviewbox.br

Vamos recapitular:

- Plano/agenda;
- Caderno e/ou dossier;
- Estojo sempre organizado;
- Espaço para estudares.



## Trabalho autónomo, que significa?

É aquele trabalho que deves fazer sem ajuda, porque já te foi ensinado (ou que aprendeste por observares).

E, é aqui, nestes blocos pedagógicos que vou ensinar a seres autónomo no teu trabalho diário.



Cliapsicologia



Pplware.kids



“Só se aprende a ler, lendo”

“Só se aprende a escrever,  
escrevendo”

“Só se aprende a estudar,  
estudando”



## Condições físicas do espaço em casa:

- Deverá ser sempre o mesmo local ( o mesmo quarto, a sala, etc...) e ter mobiliário adequado: mesa e cadeira;
- A posição de estudo terá de ser correta: coluna vertebral direita, pés apoiados no chão, cabeça ligeiramente inclinada para a frente - não sobre os livros;



blogdatsé



- Temperatura agradável (nem demasiado frio, nem demasiado calor);
- Poucos ruídos (sem TV, rádio, CD, telemóvel...);
- Iluminação suficiente.



## Dicas de Estudo:

- Fazer a revisão da matéria dada, exatamente no mesmo dia em que se teve essa disciplina, porque a matéria ainda está bem “fresca” e presente na tua memória;
- Nos intervalos de estudo, não ligar a TV. Aproveitar apenas para beber um copo de água, ir até à janela ou à casa de banho;



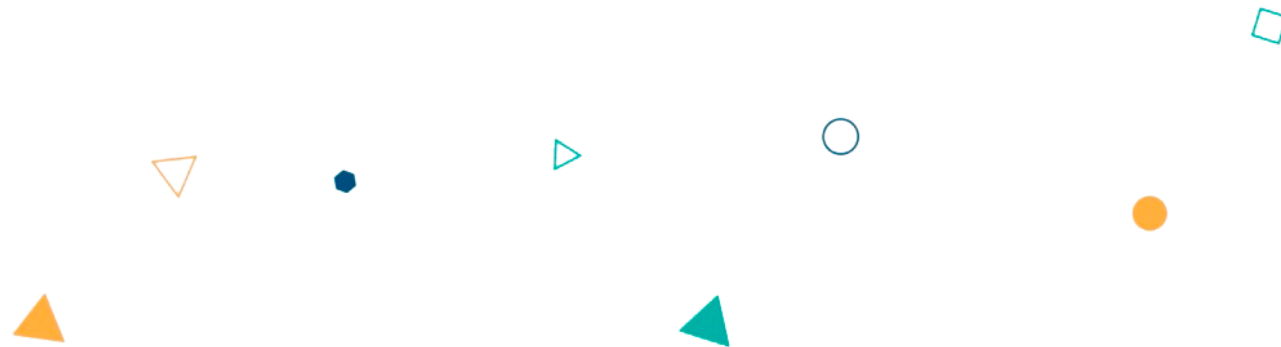
Tecmundo.br



- Reservar para o início, o estudo as **disciplinas de maior dificuldade**, e, por último, as mais fáceis;
- Os **TPC** devem ser feitos **antes de iniciar o estudo**, pois de outro modo, o pensamento de que ainda não estão feitos irá desviar a atenção do estudo.



wordpress





As fichas que os professores fazem no final do semestre ou de cada período causam ansiedade?

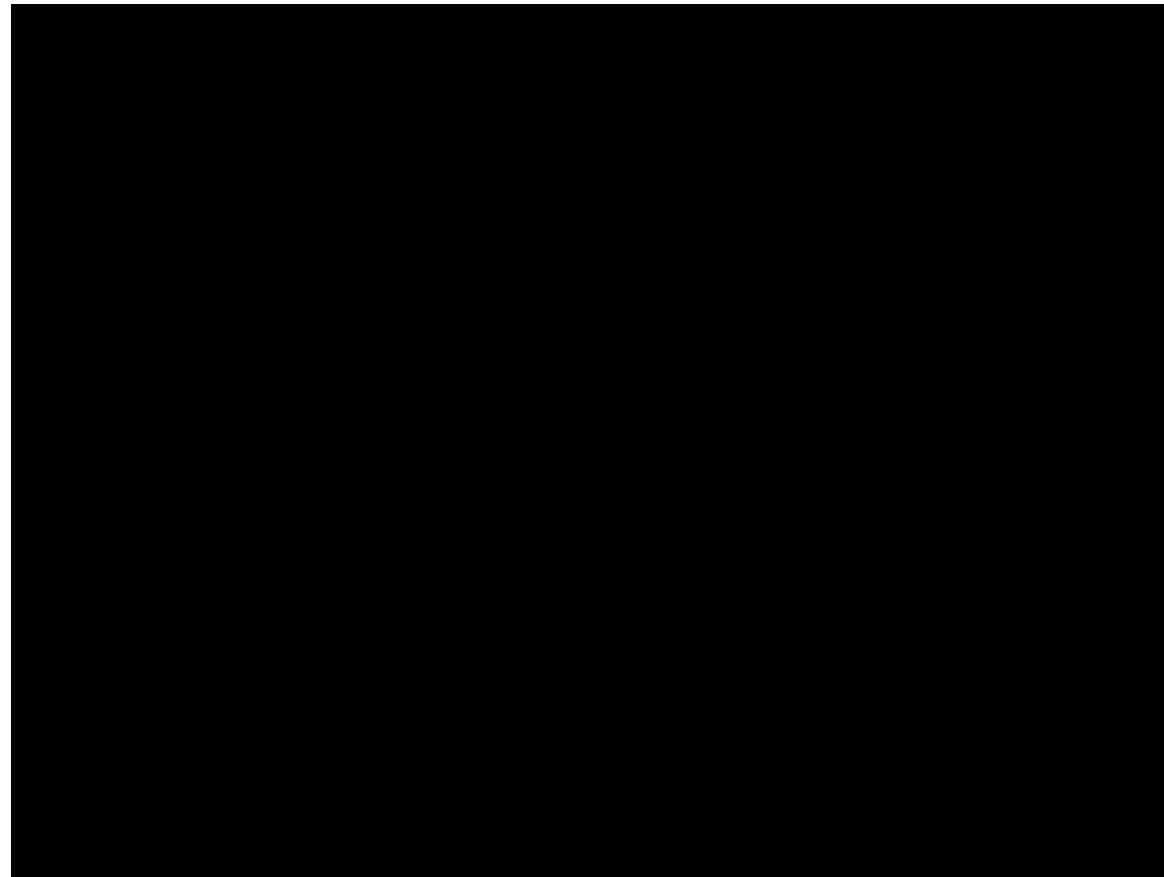
Não vale a pena. Descontrai pois, se cumprires o estudo e seguires estes conselhos, a matéria está sempre em dia.

Nunca deixes para amanhã o que podes fazer hoje!

worldpress



O estudo ocupa só uma parte do teu dia.  
Não esqueças que é a **brincar** que socializas e aprendes a  
viver feliz com os outros.



Créditos: Eduardo Sá, campanha IKEA

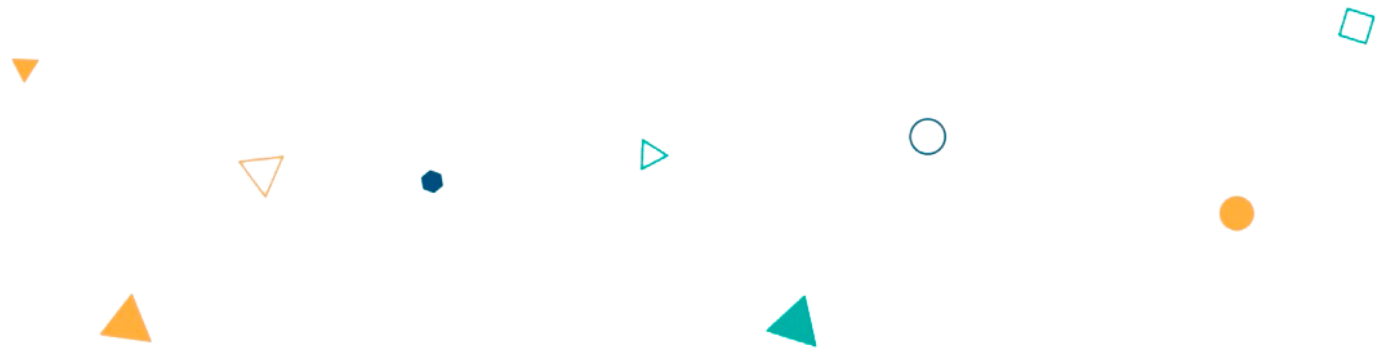


## Na sala de aula:

- Está atento ao professor;
- Tenta não falar com os colegas: eles querem estar concentrados e, falando, podes distraí-los;
- Sempre que tiveres dúvidas, não te inibas, expões-as ao professor;
- Mantém os materiais arrumados e o caderno organizado.



pintrest



Como disse o Psicólogo Eduardo Sá, deve-se brincar muito. Na hora de brincar também deves cumprir as regras. Deves respeitar e ajudar quem mais precisa.

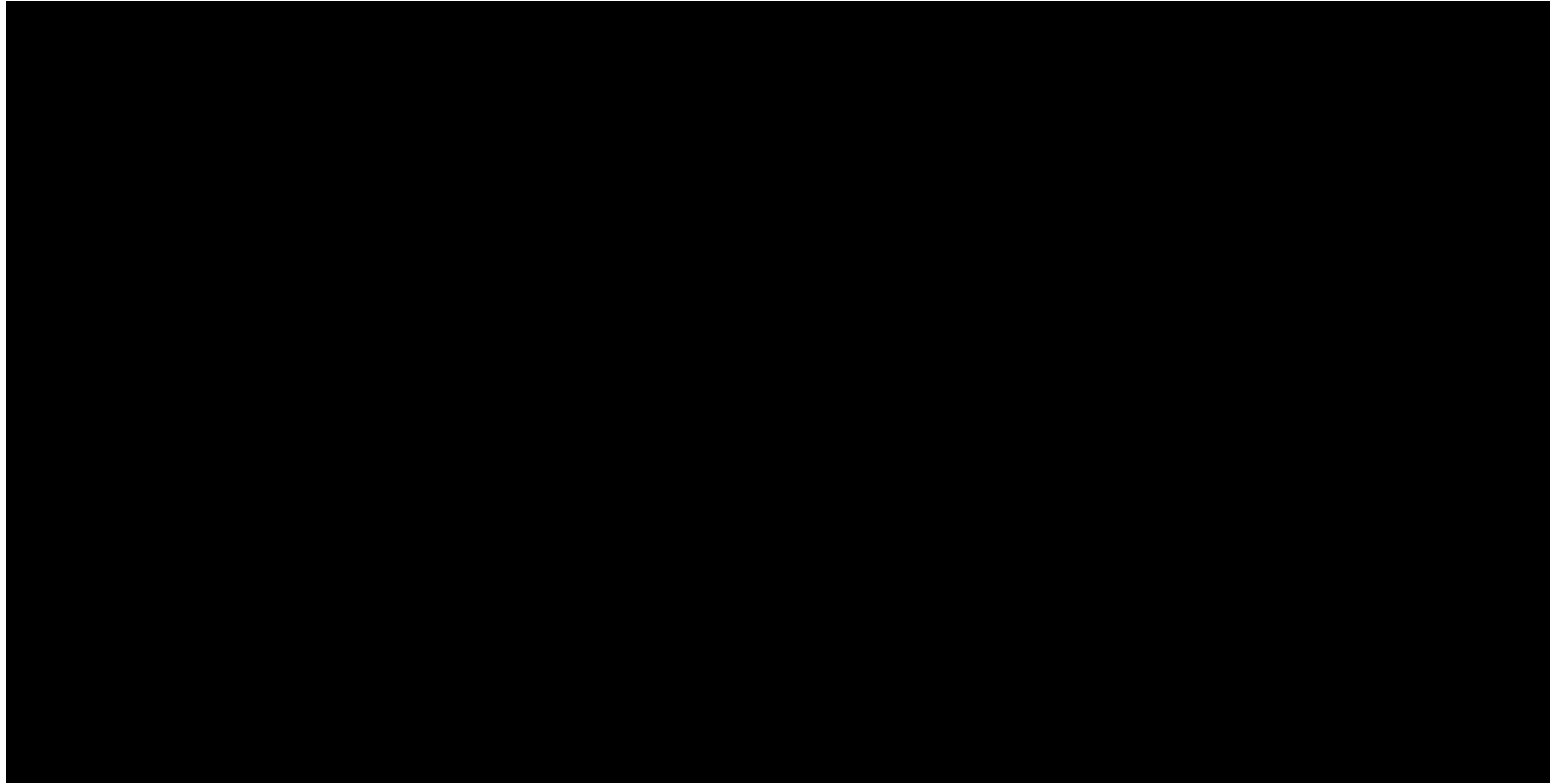
Todos somos diferentes:

Tu és magro, a tua irmã tem óculos, o primo engordou nas férias, na outra turma há dois meninos que precisam de ajuda para se deslocarem.



apcas





Créditos: Filmakademie-Baden.Wuerttemberg

