



Guia do Estudante

Aprendendo a estudar



<https://duoconsultoriadc.com.br>



Organize seu espaço de estudo.

Encontre uma área em sua casa onde você possa se sentar confortavelmente e focar. Separe esse espaço do seu espaço de relaxamento. De preferência, longe de uma tela de televisão ou outras distrações.

<https://duoconsultoriadc.com.br>





Faça anotações.

Entediado em um webinar? Fazer anotações mantém sua mente focada.



<https://duoconsultoriadc.com.br>



Planeje seu dia com antecedência.

Siga a agenda fornecida pela sua escola, se houver.

Se você tiver apenas uma lista de coisas para estudar, divida em tarefas menores e se planeje para fazer as mais difíceis quando tiver mais energia.

<https://duoconsultoriadc.com.br>





Diminua as distrações.

01

Use a imaginação e finja que está na escola e não em casa.

02

Bloqueie seu telefone se for preciso.

03

Utilize aplicativos de produtividade. Eles são ótimos companheiros de estudo para que você possa focar 100%.



<https://duoconsultoriadc.com.br>



Fale sobre isso e peça ajuda.

Quando as coisas ficam difíceis, não force. Fale com seu professor, ou procure a ajuda de seus colegas.

A ajuda sempre estará disponível, desde que a gente peça.



<https://duoconsultoriadc.com.br>



Anote tudo.

Use um caderno para acompanhar seu progresso ou quaisquer perguntas que você possa querer fazer ao seu professor sobre as lições na aula.



<https://duoconsultoriadc.com.br>



Estudar em casa pode ser difícil, mas é possível.

O ensino a distância ajuda a reforçar habilidades para toda a vida, como gestão de tempo e de energia, independência e pensamento criativo.

<https://duoconsultoriadc.com.br>

