



# TÉCNICAS DE ESTUDOS EM TEMPOS DE ISOLAMENTO SOCIAL

Considerando os compromissos que o estudante universitário deve cumprir durante a sua formação, bem como, o momento de isolamento social e aulas a distância pelo qual estamos passando, o **Núcleo de Apoio à Aprendizagem – CAED/UFSM** destaca a importância de uma organização própria de estudos, a partir da utilização de algumas técnicas capazes de potencializar a compreensão do conhecimento científico a ser aprendido.





## Primeiro, destacamos a relevância de você:

- criar uma rotina de estudos e ampliar hábitos de leitura e pesquisa;
- usufruir de revistas eletrônicas e sites de busca recomendados (Google Acadêmico, Portal de Periódicos CAPES, Scielo...);
- dar continuidade às atividades combinadas anteriormente em sala de aula;
- estabelecer metas e objetivos a cumprir sobre as disciplinas em andamento;
- gerenciar e organizar seu tempo (escolha um local adequado, defina horários e divida as atividades a serem cumpridas);
- utilizar métodos/técnicas de estudos.

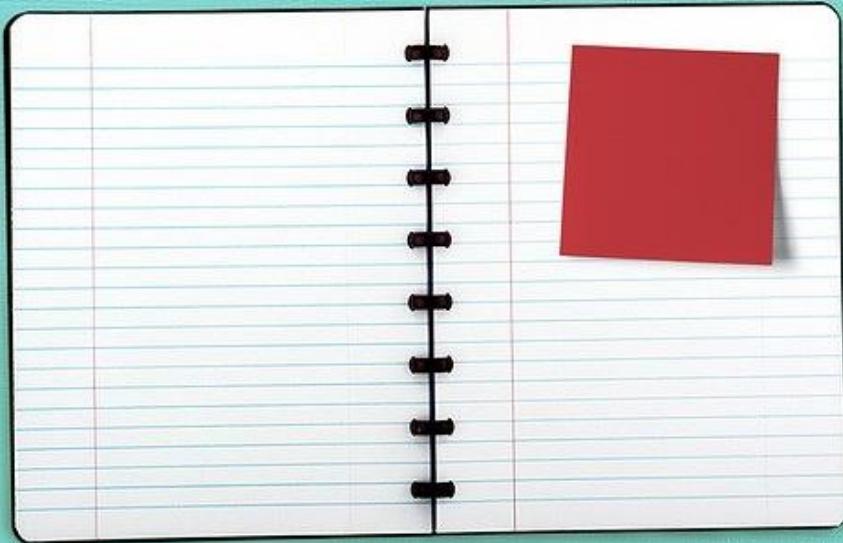




**Agora, avalie as técnicas de estudos listadas a seguir e escolha as que se adequam melhor à sua realidade e área do conhecimento:**

- **Kanban:** método de gestão visual que utiliza cartões coloridos (sugerimos o uso de post-it) para indicar o fluxo das atividades a serem realizadas. O fluxo vai mostrar as atividades a serem feitas, as que estão em andamento e as que já foram concluídas. Para isso, inicie com todos os post-it na coluna “Fazer” e vá movimentando cada um deles à medida que for desenvolvendo as atividades.





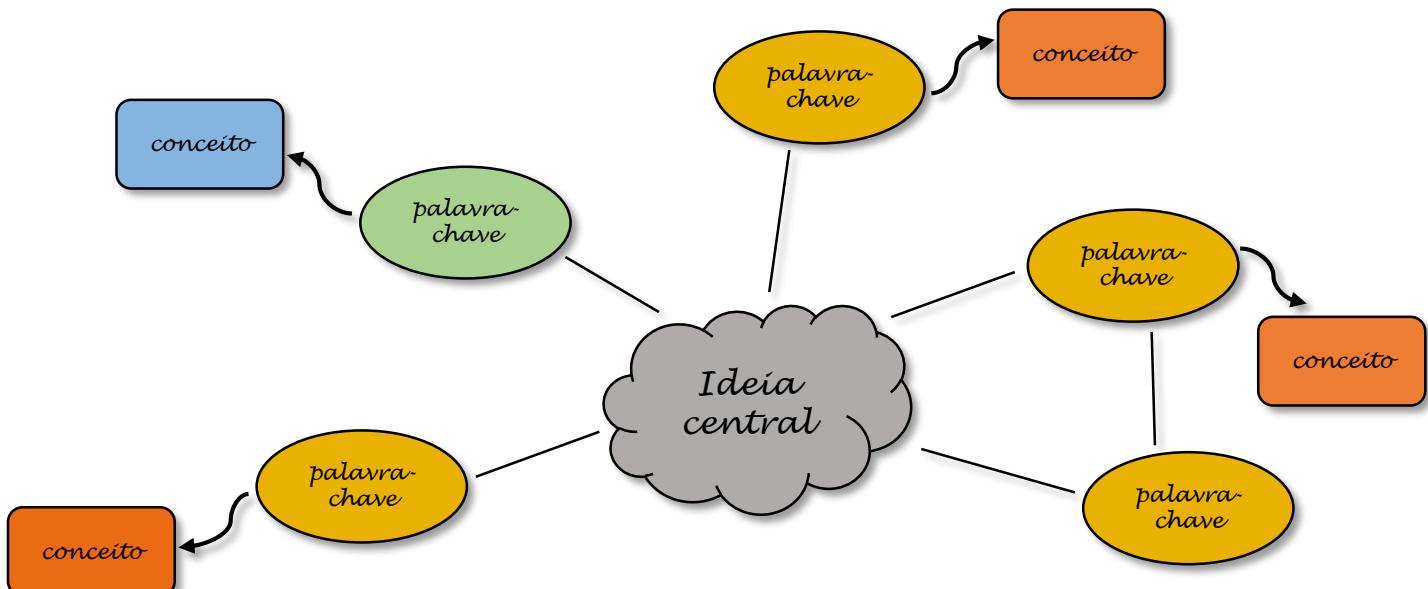
- **Método Cornell:** sistema de anotações utilizado para otimizar e organizar os conteúdos. Em uma folha de caderno (ou no Word), você fará duas colunas. Na primeira, você irá inserir palavras-chave, e na coluna seguinte irá fazer suas anotações acerca de cada item. Você pode, ainda, inserir uma linha para resumir o conteúdo organizado ou para destacar as ideias mais importantes.

<i>Palavras-chave:</i>	<i>Anotações:</i>
-	
-	
-	
-	
-	
-	
<i>Resumo:</i>	



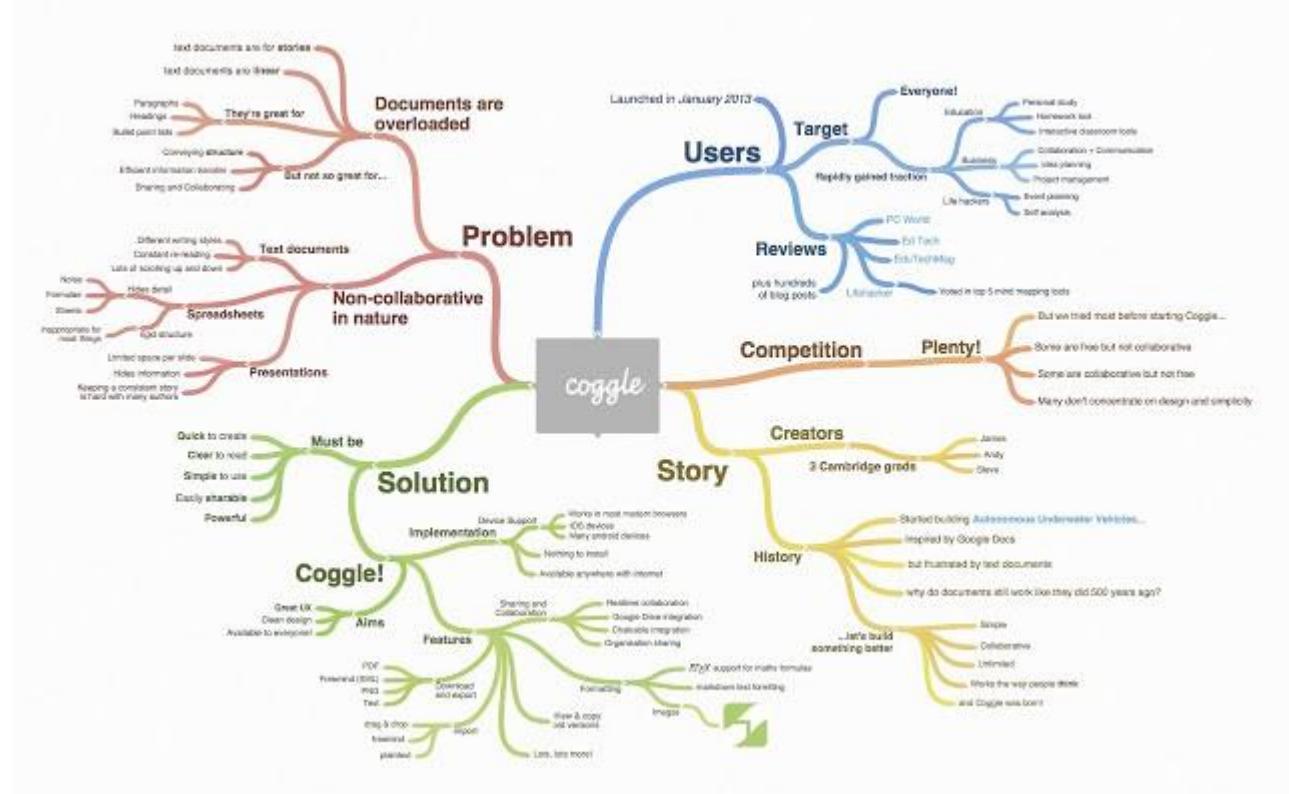


**- Mapas mentais:** técnica que tem como propósito potencializar a aprendizagem, favorecendo a memorização, organização e associação dos conteúdos. Com essa técnica, é possível criar um resumo que apresenta uma ideia central a partir da qual serão feitas outras associações. Utilize setas e cores para chamar a atenção para as ideias principais!





**+ sobre Mapas mentais:** outra opção para quem quer investir nos estudos com Mapas mentais é o COGGLE. Dá uma conferida no link e aproveita as funcionalidades dessa ferramenta: <https://coggle.it/>





**- Flash cards:** consiste na utilização de cartões para uma revisão rápida. Você trabalhará com a pergunta ou palavra-chave de um lado do cartão, e a resposta ou definição do outro. Faça um conjunto de cartões para estudar um determinado tema ou disciplina, estude todos os cartões e, posteriormente, leia apenas a frente e tente lembrar o conceito constante no verso. Utilize os flash cards com fórmulas também (de um lado o conceito, do outro, a fórmula)!

Frente do cartão:



Verso do cartão:





**Mas se você prefere trabalhar com ferramentas digitais, que tal esta dica?**

- **Jamboard:** ferramenta do Google (G Suite) que permite que você trabalhe com notas autoadesivas, imagens e escrita que podem auxiliar nos seus estudos. Ao baixar o aplicativo no smartphone, você acessa a ferramenta como uma lousa interativa para explorar sua criatividade e criar diferentes elementos.



Fonte: <https://gsuite.google.com/products/jamboard/>





**Agora só depende de você!  
Selecione as ferramentas que mais se  
adequam à sua realidade e inicie os  
estudos.**

**Bom trabalho!**



Núcleo de Apoio à  
Aprendizagem  
CAED - UFSM

[nucleodeaprendizagemufsm@gmail.com](mailto:nucleodeaprendizagemufsm@gmail.com)

[nucleodeaprendizagem@ufsm.br](mailto:nucleodeaprendizagem@ufsm.br)

<https://www.ufsm.br/orgaos-executivos/caed/nucleo-de-aprendizagem/>

Facebook: Núcleo de Apoio à Aprendizagem UFSM