

## **Dicas para melhorar o aprendizado**

### **Português**

Enviado por: [\\_tatiane\\_valeria@seed.pr.gov.br](mailto:_tatiane_valeria@seed.pr.gov.br)

Postado em: 03/08/2016

Seis dicas para melhorar o aprendizado por meio da escrita Por Redação Terra Ter o hábito da leitura é benéfico em vários aspectos, mas, às vezes, só isso não basta. Segundo o professor Pierluigi Piazzzi "quem só lê perde a concentração. Quem escreve consegue entender o assunto e mantê-lo na mente". Isso pode ajudar na hora da aprendizagem, para fixar o conteúdo. Veja algumas dicas. Escreva à mão: "você tem movimentos totalmente distintos para escrever cada letra a mão, mas isso não existe quando você está digitando. Isso faz com que mais redes neurais sejam ativadas no processo da escrita", explicou o professor. Revise a matéria que aprendeu em aula no mesmo dia: não acumule matérias, estude os conteúdos do dia em casa também, isso será importante para memorizar e aprender melhor. Música? Só em línguas que você não entenda: há muitas pessoas que se concentram melhor ouvindo música, e isso não é errado. Mas evite ouvir músicas em idiomas que você entenda, pois isso pode fazer você desviar sua atenção para a letra. Respeite seu tempo: se você é mais produtivo de manhã, deixe para estudar as matérias mais difíceis nesse período. Quando sentir que a concentração não está rolando de jeito nenhum, faça uma pequena parada e depois volte. Manter intervalos regulares é fundamental - e a frequência vai depender do seu ritmo. Crie um pequeno ritual antes de estudar: sempre que for mergulhar nos estudos, crie e respeite um ritual prévio. Pode ser um alongamento, pegar um copo de suco para deixar na sua mesa ou o que achar melhor. Com o tempo, seu cérebro vai entender que é hora dos estudos e ficará mais fácil se concentrar. Estude sozinho: estudar com os amigos é legal, mas nem sempre é produtivo. É normal que, durante os estudos, haja desvios de conversas e assuntos e é bem provável que vocês saiam totalmente do foco. "Estudar em grupo é útil se você for a pessoa que explica a matéria para os outros. Quem ouve não aproveita", diz o professor Pierluigi. A melhor dica para um bom estudo, aliás, é explicar a matéria para si mesmo. Este conteúdo, acessado em 03/08/2016, está publicado no site do Terra. Todas as informações nele contido são de responsabilidade do autor.