



UNIVERSIDADE ESTADUAL
DE RORAIMA



DICAS DE ESTUDOS



O Manual “**Dicas de estudos**” foi elaborado pela equipe do Núcleo de Acessibilidade e Inclusão (NAI) em parceria com a Assessoria de Comunicação (ASCOM). Trata-se de um manual de dicas de estudos para os acadêmicos da Universidade Estadual de Roraima. O manual oferece técnicas, métodos e orientação no planejamento e organização dos estudos, propondo aos acadêmicos uma rotina pedagógica, ampliando o desenvolvimento e o aprendizado dos conteúdos estudados em casa como também nos horários de aula. O manual ajudará o aluno a entender melhor assuntos difíceis, trabalhando a concentração nas atividades, ampliando os conhecimentos, desenvolvendo disciplina com os horários de estudos evitando a procrastinação e melhorando seu desempenho acadêmico.

Esperamos que você se sinta motivado, desafiado e satisfeito com que lhe preparamos.

Jussara Barbosa da Silveira

Chefe do Núcleo de Acessibilidade e Inclusão – NAI/UERR

SUMÁRIO

- 4 Técnicas e Métodos de estudos
- 13 Maneiras de aprender
- 16 Dicas de organização e estudo
- 18 Dez bons hábitos de estudo



**TÉCNICAS E
MÉTODOS DE
ESTUDOS**

TÉCNICAS DE LEITURA E INTERPRETAÇÃO DE TEXTOS

Para desenvolver a leitura e interpretação de texto, pratique o hábito de ler. Leia textos na internet, revistas, gibis, manuais, livros do seu interesse. O importante é que o hábito da leitura faça parte da sua rotina.

Leia o texto com calma, duas ou três vezes. Ler mais vezes o texto não é perda de tempo, pode ser necessário retornar alguns parágrafos a fim de contextualizar e compreender melhor a ideia contida no texto.

Existem, pelo menos, três níveis de leitura que variam de acordo com o objetivo do leitor.



Leitura inspeccional ou pré-leitura:

Envolve a arte de folhear sistematicamente um livro, examiná-lo para decidirmos se queremos ou não o ler. Esse exame inclui a leitura da capa, títulos, orelhas, ou seja, apreender tudo que a superfície possa ensinar. Corra os olhos pelo prefácio, examine o índice, as figuras. Dê uma lida nos capítulos que parecem fundamentais para o assunto.

Leitura Analítica ou Ativa

Trata-se de uma leitura mais complexa, mais minuciosa. Aqui o tempo é limitado, e cabe ao leitor fazer perguntas ao livro, visando a um maior entendimento:

a) *Do quê trata?*

b) *Qual a tese fundamental do autor?*

Leitura comparada

Muitas vezes, precisamos ler diversos livros concomitantemente sobre o mesmo conteúdo, para correlacionamos com o texto em questão. Comparar o que lê com outros livros e materiais, estimula nossa compreensão, a memória de trabalho e desenvolve o raciocínio verbal, nos permitindo construir nossa própria conclusão e opinião sobre o texto estudado.

A Dinâmica da leitura

Toda leitura tem uma dinâmica de conversa entre o autor e o leitor, mas, às vezes, o leitor tem dificuldade de entender a mensagem do autor.

Quando isso acontece, o quê fazer???

Procure identificar qual a origem da sua dificuldade para compreender o texto. Se preciso, faça uma lista dos problemas que você identifica e possíveis causas neurofuncionais ou ambientais, tais como: qualidade da sua leitura, conhecimento de vocabulário técnico necessário para a compreensão do texto, concentração, ambiente barulhento também atrapalha a leitura e conseqüentemente a sua interpretação.

Segundo a hermenêutica, ramo da filosofia que estuda a teoria da interpretação, a leitura de um texto é composta por três fases:

1º. Pré-compreensão: É importante ler o texto tendo uma ideia do que ele vai trazer. Perguntar-se sobre o que você sabe sobre aquele tema. O primeiro contato com o texto é muito importante. É nesse momento que você vai saber qual o assunto tratado e qual a posição do seu autor. Leia devagar e sem interromper a leitura.

2º. Compreensão: Aqui o leitor se depara com ideias novas, ou algo que já conhece. Releia o texto e marque todas as palavras que não sabe o significado, com o auxílio de um dicionário, procure substituir as palavras desconhecidas por aquelas que você já conhece. Isso não só ajudará a entender um texto em específico, como também aumentará o seu vocabulário. Separe os parágrafos do texto e releia um a um fazendo o seu resumo. Resuma aquilo que leu. Ainda não é o momento para agregar suas ideias ao texto. Elabore uma pergunta para cada parágrafo e responda: quando você experimenta usar o texto fazendo perguntas sobre ele e respondendo, absorve melhor o teor das suas palavras e os seus significados.

3º. Interpretação: depois de ter a pré-compreensão sobre o texto, e posteriormente a compreensão, é hora da interpretação. Você dará um sentido ao texto, ampliando o seu horizonte de conhecimento. Faça um novo texto com as suas palavras, mas siga as ideias do autor. Assinale as ideias principais e se certifique que as inclui no texto. Escrever o mesmo, mas com as suas palavras é uma prova de que entendeu aquilo que leu.

No final, certifique-se de que não “colocou palavras na boca do autor”, dizendo algo que não foi mencionado no texto por ele.



ESTRATÉGIAS DE LEITURA

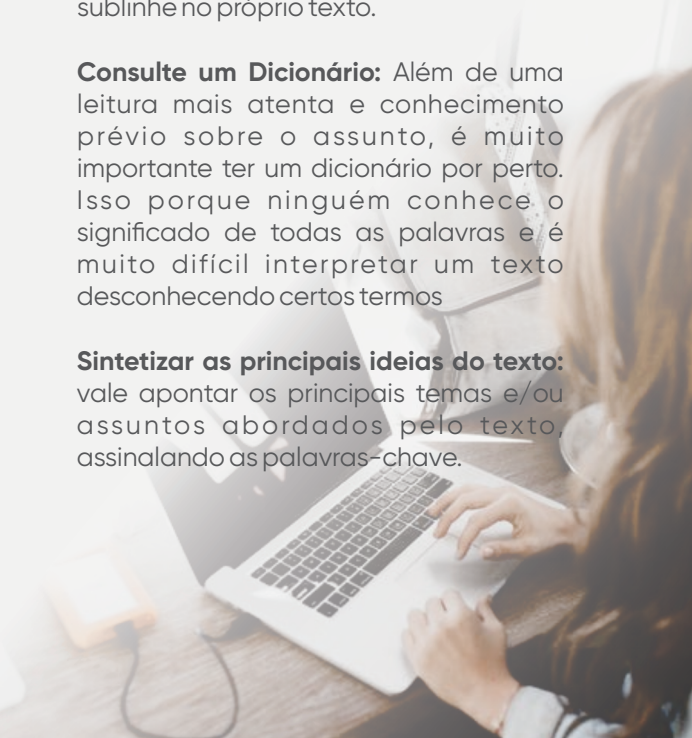
Praticamos a leitura com finalidades específicas seja para estudar, aprender, entreter, obter alguma informação, dentre outros. As **estratégias de leitura** reúnem as diversas técnicas e métodos que facilitam a leitura e, conseqüentemente, a compreensão dos textos, sendo elemento-chave para o resultado acadêmico, eficiência na solução de atividades acadêmicas e mesmo na compreensão de situações do dia a dia.

Veja abaixo as principais técnicas que auxiliam no processo de leitura.

Ler com atenção: Para compreender melhor um texto é importante ressaltar que temos que ler com calma cada parágrafo. Se não compreender, volte e releia. E ainda, se aparecer algum termo que não saiba o significado, o importante é recorrer ao dicionário e voltar ao texto. Anote as palavras desconhecidas em um rascunho ou sublinhe no próprio texto.

Consulte um Dicionário: Além de uma leitura mais atenta e conhecimento prévio sobre o assunto, é muito importante ter um dicionário por perto. Isso porque ninguém conhece o significado de todas as palavras e é muito difícil interpretar um texto desconhecendo certos termos

Sintetizar as principais ideias do texto: vale apontar os principais temas e/ou assuntos abordados pelo texto, assinalando as palavras-chave.



Ler nas entrelinhas: O conceito de “ler nas entrelinhas” define a leitura que fazemos além do texto, ou seja, baseia-se nas adivinhações e inferências que realizamos e que não está escrito em palavras no texto. Por exemplo, podemos perceber a posição de um autor sem que esteja escrito. Essa estratégia é facilitada a partir dos conhecimentos prévios que já possuímos.

Manter o hábito da leitura: Além da importância da leitura na vida social e para ampliação do universo cognitivo, adquirir o hábito da leitura facilitará cada vez mais a compreensão dos textos. O vocabulário, a imaginação e a criatividade aumentam, e não somente o texto escrito, mas a produção de texto oral, melhora muito. Em resumo, quanto mais lemos, melhores leitores nos tornamos.

Praticar a leitura em voz alta: Se possível, realize a leitura do texto em voz alta e perceba toda sua estruturação, desde palavras, vírgulas, discursos, etc. Em muitos casos, isso facilita a leitura e a compreensão dos textos.

Variar a leitura dos textos de forma que a abordagem de cada um é diferente bem como seu conteúdo; e isso ampliará ainda mais sua compreensão. Assim, leia livros, jornais, revistas, quadrinhos, textos acadêmicos, etc. Isso também facilitará a interpretação, aumentando seu vocabulário.

Produzir textos: a leitura supre as necessidades de nosso cérebro de aumentar sua capacidade intelectual. É fato que uma pessoa que tem o hábito da leitura possui mais facilidade para produzir um texto. Isso ocorre justamente porque ao lermos estamos aumentando nossa capacidade de comunicação bem como nosso repertório interpretativo. Portanto, uma boa dica para facilitar cada vez mais a leitura é a escrita, ou seja, a produção de textos.

A photograph of two women in a study or office setting. One woman, wearing a white top, is seated at a desk and looking down at a document. The other woman, wearing a red cardigan, stands behind her, pointing at the document. On the desk, there is a spiral notebook, a yellow calculator, and several sheets of paper. The scene is lit with warm, soft light, creating a focused and collaborative atmosphere.

**MANEIRAS
DE APRENDER**

Expressão oral e escrita:

- Pergunte-se enquanto lê;
- Pense em como contar o que você leu para outra pessoa;
- Escreva um resumo;
- Faça leituras em voz alta;
- Anote suas dúvidas (sempre);
- Comente com amigos ou familiares sobre o conteúdo que está estudando.

Expressão lógica:

- Faça uma lista da sequência dos fatos;
- Análise passo a passo;
- Procure pensar em problema parecido;
- Pesquise outros problemas semelhantes.

Expressão visual:

- Crie um esquema;
- Use marca textos coloridos;
- Desenhe para entender melhor o conteúdo;
- Veja fotos e filmes relacionados aos conteúdos;
- Procure relacionar com uma imagem o fato ou conteúdo estudado.

Expressão corporal:

- Caminhe falando o assunto, como se estivesse falando para alguém;
- Dance, pule, use as mãos para explicar o assunto;
- Dramatize.

Expressão musical:

- Crie músicas para o que você aprendeu;
- Procure estudar ouvindo músicas orquestradas.

Trabalho em grupo:

- Faça troca de ideias com os colegas;
- Escute os outros e reflita sobre a opinião dada;
- Anote apontamentos para o debate;
- Faça resumos;
- Pesquise outras fontes.

A close-up photograph of a person with a beard and tattoos on their arms, wearing a white t-shirt. They are sitting at a desk, writing in a notebook with a white pen. The background is softly blurred, showing a desk lamp and other items. The overall tone is warm and focused.

DICAS DE ORGANIZAÇÃO E ESTUDO

Para organizar o tempo entre estudos e descanso, a primeira coisa a se fazer é criar uma agenda diária de atividades. Colocar em uma agenda tudo que faz durante o dia, desde que acorda, colocando os intervalos necessários para alimentação e lazer. Música, cinema, atividades físicas ou religiosas, etc. É importante escolher atividades que trazem satisfação.

As atividades físicas, mesmo as mais leves como as caminhadas, devem ser praticadas no mínimo duas vezes na semana e no máximo três. Praticar um esporte é uma boa maneira de amenizar a tensão dos estudos. Além disso, aliado ao sono e a boa alimentação, o esporte beneficia a concentração e o rendimento escolar.

É preciso ressaltar a importância de fazer tudo com dedicação. Isto é, na hora de estudar, nada de ver TV ou dispersar com outra atividade. E na hora de sair com os amigos ou ir ao cinema, nada de ficar preocupado achando que devia estar estudando. Se organizar bem o tempo pode-se aproveitar bem cada momento do dia, seja ele estudando, se divertindo ou descansando.



DEZ BONS HÁBITOS DE ESTUDO PARA ESTUDANTES



A background image showing a student from behind, sitting at a desk and writing in a notebook with a pen. The student's head is resting on their hand, and the desk is cluttered with papers and a pen.

1

Anote

Faça listas com as tarefas que você precisa realizar, anote o que os professores estão dizendo em aula, as datas das provas e trabalhos, tudo. Não importa em que lugar você vai fazer isso, no seu caderno, celular, agenda. O importante é não perder nenhum detalhe.

2

Lembre-se da lição de casa

Você já está cansado de ouvir, mas muitas vezes esquece o trabalho em cima da cama. Ou usa essa desculpa simplesmente porque não terminou suas tarefas. Reserve um lugar especial na sua casa para fazer e guardar os trabalhos e crie o hábito de colocar sempre suas tarefas lá.

A background image showing the back of a person's head and shoulders as they write in a notebook. The person has long, light-colored hair. The notebook is open, and a pen is visible on the page. The overall scene is softly lit and out of focus, serving as a backdrop for the text boxes.

3

Comunique-se com os professores

Todo relacionamento de sucesso é construído com base em comunicação. Isso não seria diferente na relação professor-aluno. E a falta de comunicação é uma das maiores causas de notas ruins. Por isso, é importante se certificar de que todas as suas dúvidas estão resolvidas. Lembre-se de que o professor vai responder quantas vezes você precisar.

4

Se organize com cores

Seja uma pessoa organizada, e aproveite as cores para identificar suas tarefas. Azul para o que você já fez, verde para o que você faz bem, vermelho para o que precisa melhorar. Esse sistema serve para tarefas, pesquisas, aulas. E seus cadernos nunca mais terão orelhas, dobras, etc. Além de mais organizados, seus estudos serão mais limpos.

6

Se prepare para os testes

Se acostume a separar algumas horas do seu dia para dedicar ao estudo e assim você não precisará entrar em pânico um dia antes da prova. Evite distrações e encontre o melhor estilo para você.

7

Conheça seu estilo de estudo

Encontre a melhor maneira para estudar e siga sempre esse cronograma. Não se julgue por não estudar no modo convencional, ele pode não funcionar para você. Procure recursos visuais, como vídeos ou desenhos.

8

Pegue o que é mais importante

Destaque no seu caderno as anotações mais importantes, use marca textos, grifos, caixas coloridas. Isso ajuda muito na hora de estudar, especialmente se você é uma pessoa visual. Usando esses recursos, fica mais fácil identificar as informações principais na página.

A background image showing a person from behind, sitting at a desk and writing in a notebook with a pen. The image is faded and serves as a backdrop for the text boxes.

9

Não procrastine

Pare de enrolar. Não coloque dificuldades na hora de estudos. Dedique-se ao que você tem que fazer e mantenha em mente que quanto antes você começar a estudar, mais cedo vai terminar o que precisa fazer.

10

Cuide-se

Para estudar, é preciso estar com a cabeça em ordem. Então, não descuide da sua saúde, coma bem e mantenha a cabeça e os pensamentos limpos. Evite passar muito tempo nos vídeo games, computadores e mensagens de texto.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

MOURA, Claudio C. Você sabe estudar? Ed. Penso editora Ltda. São Paulo 2015.

<https://canaldoensino.com.br/blog/9-dicas-para-melhorar-a-interpretacao-de-texto-no-vestibular#>: Acesso ao site em 03/03/2022

<https://canaldoensino.com.br>

<https://www.todamateria.com.br/dicas-de-interpretacao-de-texto/>

ORGANIZADORES

Euflozina Moraes de Sousa

(Pedagoga/Psicopedagoga)
Técnico Pedagoga do Núcleo
de Acessibilidade e Inclusão

Jussara Barbosa da Silveira

(Pedagoga/Psicopedagoga)
Chefe do Núcleo de Acessibilidade
e Inclusão - NAI

Abraão Batista

Diagramação



UNIVERSIDADE ESTADUAL
DE RORAIMA

UERR.EDU.BR