

## Dicas de estudo pra IFSPianos!

Curso: 4ºano em Manutenção Automotiva

Nome: Caroline Rodrigues de Souza

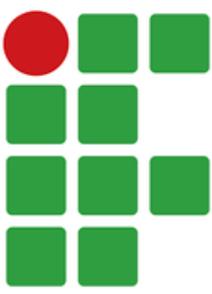


Créditos: pt.vecteezy.com

Você está perdido ao estudar? Com diversas atividades atrasadas e sem saber o que fazer?

Aqui traremos diversas dicas para você ter um estudo mais eficaz, fazendo com que você se sinta muito mais tranquilo!!

1. **TENHA UM CRONOGRAMA:** Com antecedência, planeje suas atividades, separando-as por data de entrega, e estabeleça horários para cada disciplina. Isso vai fazer com que você organize seu tempo de uma forma mais eficiente.
2. **UTILIZE TÉCNICAS DE ESTUDOS:** Na internet, existem diversos métodos de estudos, como resumos, mapas mentais, exercícios, entre muitos outros. Ademais vale ressaltar que até mesmo a nossa instituição pode te ajudar, você pode procurar o setor sociopedagógico, lá eles marcam um horário com você para poder te auxiliar da melhor forma.
3. **SEMPRE BUSQUE AJUDA:** Não tenha medo de perguntar, sempre que tiver dúvidas ou dificuldades em algum tema, não hesite em pedir ajuda. O Instituto possui uma ótima infraestrutura, com horários de atendimento com os professores, que estão dispostos a te ajudar da melhor forma.



# JORNAL IF EM AÇÃO



Créditos: pt.vecteezy.com

**4. TENHA UM AMBIENTE PROPÍCIO PARA ESTUDAR:** Tenha um lugar aonde você se sinta confortável e organizado. Sem distrações, como celulares e televisão, mas com um lugar iluminado, na onde você possa estudar de uma forma mais aconchegante.

**5. SEJA UMA PESSOA SAUDÁVEL:** A partir de uma boa alimentação, hidratação apropriada, ótimas noites de sono e com a prática de exercícios físicos, seu desempenho escolar será muito bom! Cuidar do bem-estar físico e mental é fundamental!

Vale ressaltar que cada um possui um estilo de vida e de aprendizagem diferente, logo se sinta à vontade para buscar e adaptar essas dicas á sua vida! Seja persistente e confie no processo!