

Como Estudar?

Técnicas de leitura.

Aprendizagem: Books.Creative

As estratégias de estudo que adquiriste no ensino secundário devem ser adaptadas ao ensino superior. Existem disciplinas com forte componente prática onde a resolução de problemas é a estratégia mais eficaz de estudo, mas ocasionalmente esta estratégia requer maior disponibilidade de tempo. Nas disciplinas teóricas, a leitura e a memorização são as estratégias por excelência.

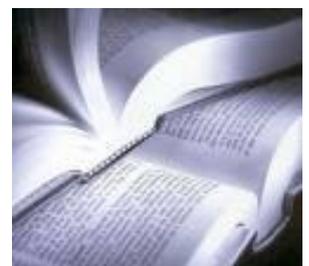
Técnicas de Leitura

Antes de começares a estudar exhaustivamente um texto começa por fazer uma pré-leitura (rápida), para teres um primeiro contacto com o texto sem aprofundar os conteúdos. Dá atenção a tudo o que está escrito a negrito, aos gráficos, mapas, quadros, ilustrações, etc.

Se se tratar de um livro, então começa sempre por ler o índice, a introdução e a conclusão. Ficarás logo com uma boa ideia do que vais encontrar ao longo do livro e podes eventualmente saltar capítulos menos interessantes se não tiveres muito tempo disponível ou se eles não forem essenciais para o teu estudo.

Depois da pré-leitura estás preparado para ler o texto integral, tendo em conta as seguintes etapas:

1. **Seleção:** selecciona o material que tens de ler e divide-o por partes. Tenta perceber cada uma das partes e depois estabelece as relações com o todo (mesmo antes de compreenderes o conteúdo, pois esta abordagem inicial ajuda-te a ser mais pró-activo na aprendizagem).
2. **(Re)memorização:** antes de iniciares a leitura recorda tudo o que já sabes sobre essa matéria, pois isso facilita a compreensão da informação que vais ler.
3. **Investigação:** interessa-te pelos conceitos novos e procura materiais para consulta complementar.
4. **Interrogação:** depois de terminares a leitura interroga-te acerca do conteúdo do texto. Este exercício assegura-te uma compreensão tanto global como personalizada.
5. **Extrapolação:** depois de leres e de te questionares, deves extrair as conclusões do que leste, procurando extrapolar para outras situações.
6. **(Inter)relação:** relaciona os dados da leitura com outros da mesma matéria.
7. **Fixação:** utiliza gráficos, resumos, esquemas ou quadros para assimilares melhor e fixares o conteúdo do que acabaste de ler.



Estudo: www.garanhuns.pe.gov.br

Como ultrapassar dificuldades na Leitura!

A leitura é um dos principais instrumentos de trabalho. Muitos problemas ao nível do rendimento escolar têm na base uma leitura deficiente, quando não se lê a uma velocidade adequada ou não se compreende bem aquilo que se lê. Eis alguns exercícios que se poderão realizar para melhorar a leitura:

- **Ler por frases e não palavra por palavra.** A nossa visão abrange uma área muito extensa quando lemos. Ler palavra a palavra cansa e faz perder tempo precioso. Pode-se começar por ler duas ou três palavras de cada vez e, pouco a pouco, ir abarcando mais palavras até conseguir ler por frases.
- **Ler com a intenção de melhorar a velocidade.**
- **Identificar os parágrafos importantes.**
- **Voltar a ler quando não se compreende algo.** Se se continuar a ler, a leitura não será proveitosa.
- **Procurar resumir a ideia principal de cada parágrafo.**
- **Fazer pausas na leitura para pensar e reflectir sobre aspectos problemáticos.**
- **Variar a forma de leitura para evitar o cansaço:** ler em voz alta, ler em pé, etc.

Sublinhados e resumos que nos ajudam a assimilar conteúdos:

- **Sublinhar os aspectos mais importantes dos textos ou apontamentos.** Podes recorrer a uma série de estratégias diferentes para conseguires identificar os aspectos mais importantes – usar cores diferentes, sublinhados, marcas com post-it, etc.
- **Pôr num papel (ou num documento no teu computador, que podes depois alterar ao longo do semestre) as ideias principais de um texto.**
- **Construir esquemas utilizando os sublinhados ou as ideias principais referenciadas num papel.**
- **Construir o resumo definitivo da questão previamente esquematizada.** Trata-se então de recheiar essa estrutura ou esqueleto. Será uma ajuda magnífica na hora das revisões.

Ao usares estas técnicas, não só percebes melhor as dificuldades que possuis, como também melhoras as tuas técnicas de leitura, o que te vai permitir uma maior disponibilidade e gestão do tempo de estudo.



Estudo: www.teachersandfamilies.com

Ficha Técnica:

Fonte – Estratégias de Estudo no Ensino Superior;

Autores – Serviço de Aconselhamento Psicológico do Instituto Politécnico de Setúbal;

Revisão – Isabel Gonçalves.