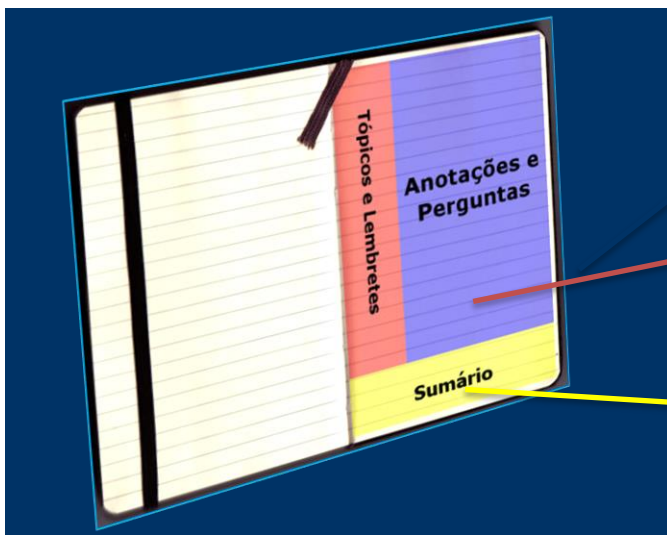


Porque é que tenho que ir às aulas e porque é que devo fazer apontamentos?

Estares nas aulas a ouvir apenas o que o professor diz vai tornar-se muito cansativo e não é o suficiente para que consigas absorver toda a matéria. Se não conseguires decorar tudo o que o professor diz nas aulas, irás ter que encontrar um método de estudo eficaz. Fazer um registo escrito do que é dito nas aulas é uma base importante do teu estudo.

O hábito de tomar notas é uma boa ajuda para a memorização e posteriormente para recuperar informações. Existem diversas formas de tomar notas de forma eficiente e uma maneira bem simples de as fazer é o Método Cornell, que surgiu na década de 50 e foi criado pelo professor Walter Pauk, consistindo na divisão de uma folha A4 em três partes, conforme podes verificar na seguinte figura:



Escreve as tuas notas e dúvidas de forma clara e o mais resumido que conseguires.

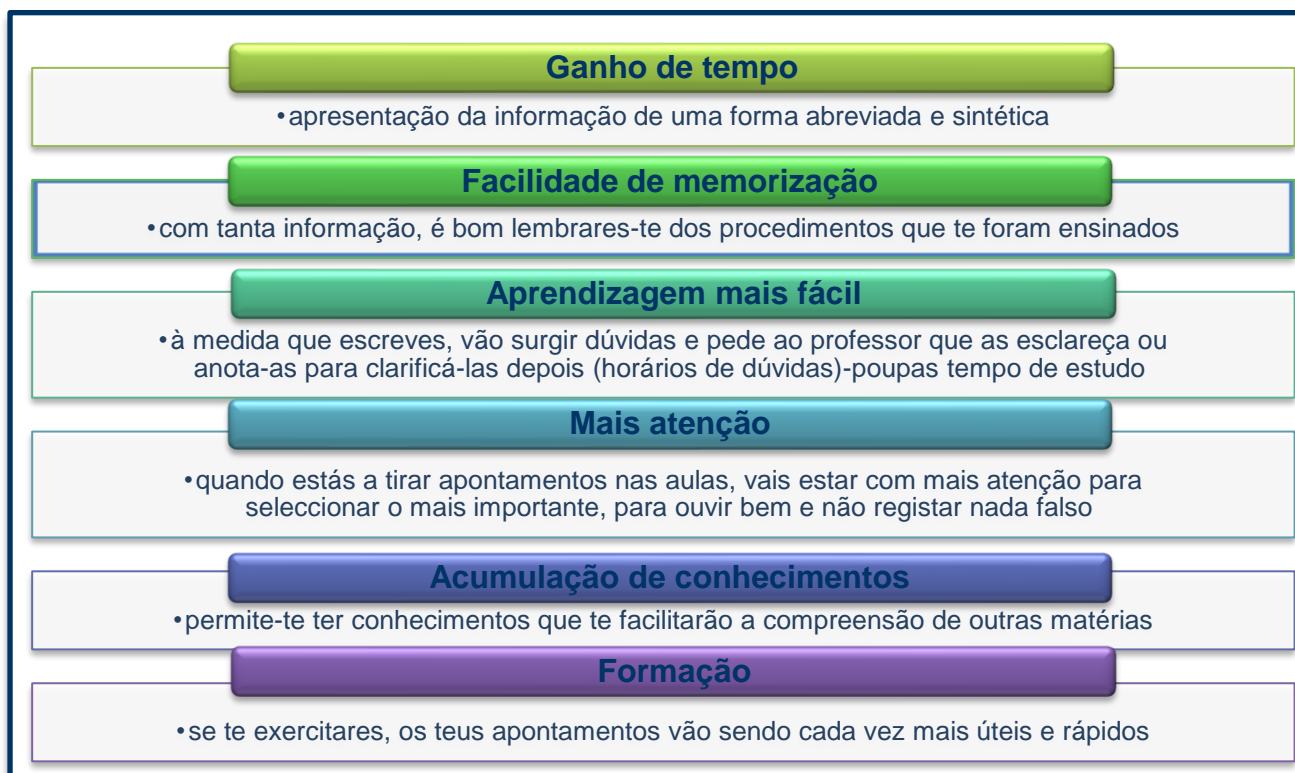
Regista as palavras-chave e questões que correspondam ao que está anotado no lado direito.

Resumo do assunto, a data, o tema, os pontos principais e o local da aula, para que te localizes quando folheares as páginas.

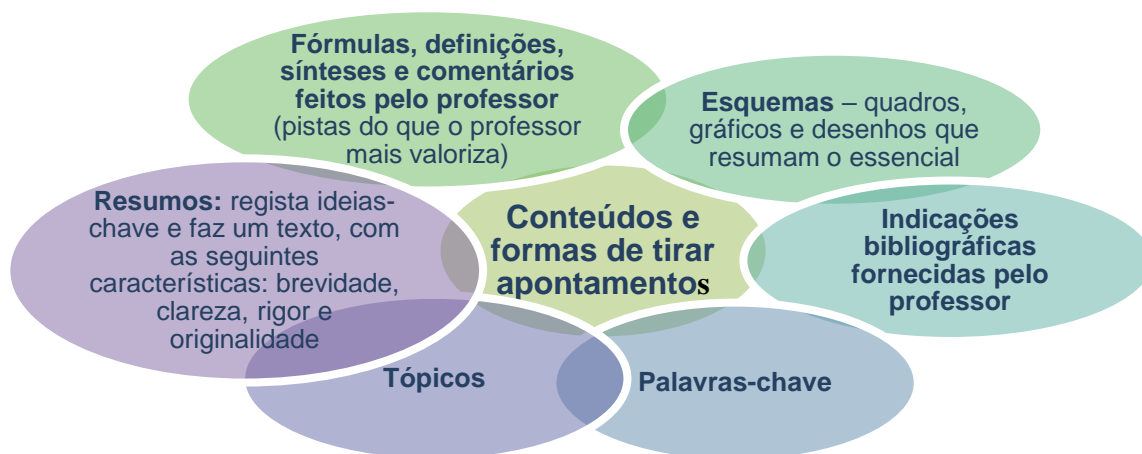
Este é um método estruturado que para além de facilitar a memorização enquanto o fazes, te permitirá, quando estás a estudar, tapar a área azul e a partir das palavras-chave das outras duas áreas, tentar lembrar o conteúdo das outras partes.

Os apontamentos das aulas ajudam-nos na organização do estudo, sobretudo se os completarmos com notas suplementares de livros ou manuais. Eles são auxiliares importantíssimos na revisão das matérias trabalhadas na aula. Portanto, estar com a máxima atenção, captando o essencial da matéria que o professor está a dar nas aulas é fundamental para tirares bons apontamentos e poupares horas de trabalho em casa.

Existem inúmeras razões que tornam os apontamentos fundamentais na vida de um estudante académico, de seguida apresentamos-te algumas delas:



Nunca vais ler tanto na tua vida como na universidade e é nesta fase que vais ter que assimilar muita informação. O normal é fixarmos cerca de 20% do que ouvimos e a única técnica que nos permite não perder o que se escuta é escrever. Assim, e uma vez que a memória é traiçoeira, tirar apontamentos é uma base importante para o teu estudo e estes podem tomar diversas formas e conteúdos:



“Nunca saberás que resultados virão da tua acção. Mas se não fizeres nada, não existirão resultados.”

(Mahatma Gandhi)

Ficha Técnica:
Autores: Cátia Pereira Garcia
Revisão: Isabel Gonçalves e Ana Lúcia