COMO ESTUDAR EM TEMPOS DE PANDEMIA

Estudantes estão com aulas presenciais suspensas por conta da pandemia do novo coronavírus. A transição das aulas presenciais para o ensino remoto apresenta oportunidades e desafios. É necessário se adaptar a essa nova realidade enquanto durar o período de isolamento social e manter o ritmo de estudos em casa. É necessário foco e determinação. Segue algumas recomendações:

- **Siga uma rotina.**

A sugestão é sempre estar disponível no horário em que estaria em sala de aula costumeiramente. Durante essas horas você consulta o material postado, assiste a vídeo aula e consegue realizar as atividades propostas. Dessa forma não acumula atividades de um aula para a outra. Faça sua pausa de intervalo como se estivesse em sala de aula para relaxar, tomar uma água ou mesmo se alimentar.

- **Prepare o ambiente para estudar.**

Encontre um lugar da casa que seja iluminado e silencioso para sua melhor concentração nos estudos.

- **Separe o material necessário.**

Tanto o material postado quanto o material físico deve estar ao seu alcance no momento das aulas e de estudo para facilitar seu acesso e evitar a possibilidade de distrações.

- **Fale com seu professor.**

Assista as vídeo aulas e participe dos fóruns de discussão, que serão utilizados pelos professores para se comunicarem com toda a turma. Os links serão disponibilizados em todas as aulas. Faça sempre o acompanhamento de suas dúvidas com seu professor.

Procure baixar os aplicativos Moodle, SEI e a Zoom no seu celular. Isso vai ajudar a receber as notificações sobre o material disponibilizado e facilitará seu acesso.

- **Mantenha contato com seus colegas de classe.**

É o momento de troca de informações relevantes e tirar dúvidas uns com os outros. O grupo de WhatsApp ajuda muito.

- **Use a internet a seu favor.**

Procure diferentes fontes de informação para complementar o material sugerido pelo professor. Use o momento para aprender.

Esse é um desafio de todos nós. Com planejamento, colaboração e dedicação passaremos por essa crise juntos.

LUDIMILA TEIXEIRA SILVA

Psicóloga
Coordenadora do NAD (Núcleo de Apoio Discente e Docente)
Faculdade Fibra

28/04/2020