

Hábitos de Estudo



Sociedade
Divina Providência



COLÉGIO
São José

Aqui se vive e se aprende para a vida.

www.saojose.g12.br
48 3626-5100 - Tubarão / SC

INTRODUÇÃO:

Queridos alunos,

Você sabe estudar?

Estudar deve ser um hábito como escovar os dentes, comer e dormir?

Qual o lugar apropriado para estudar?

É adequado estudar da mesma forma para as diferentes disciplinas?

Estudar pode ser prazeroso?

As orientações a seguir o ajudarão a adquirir hábitos de estudo.

É necessário, no entanto, entender que só se adquire hábito de estudo se o estudo é diário e sistemático e os exercícios e trabalhos são feitos de forma rigorosa e com capricho.

Maneiras de aprender:

Expressão oral e escrita:

- Pergunta-se enquanto lê;
- Grave um resumo das anotações;
- Pense em como contar o que você aprendeu para outra pessoa;
- Escreva um resumo.

Expressão lógica:

- Faça uma listada seqüência dos fatos;
- Analise passo a passo;
- Compare com outros dados;

* Todo dia, você deve dar uma olhada rápida no assunto que acabou de ser ensinado. Não deixe para ver toda a matéria às vésperas da prova.

* Fazer os trabalhos escolares é trabalhar mesmo, o estudo deve ser comparado às atividades profissionais de seus pais: como qualquer adulto, você tem que trabalhar todos os dias. Estudar é seu trabalho.

* Estudo também tem limites. Exercício físico, repouso e diversão são fatores que mantêm a mente alerta e saudável. Procure dormir de 8 a 10 horas por dia.

Horário de Estudo

De acordo com o teu horário escolar e outras atividades, é vantajoso elaborares e cumprires um horário de estudo.

Quando você se sentir cansado e já com falta de atenção, é preferível fazer um pequeno intervalo. Estude todos os dias um pouco e vá fazendo revisões.

Horário Semanal de Estudo:

	2 ^a	3 ^a	4 ^a	5 ^a	6 ^a	SÁBADO	DOMINGO
Manhã							
Tarde							
Noite							

IMPORTANTE

O estudo deve ser diário. Estudo em véspera de provas, não propiciará o resultado desejado.

- Faça uma lista de tópicos antes de começar a responder. Em seguida, ordene-os de forma lógica e coerente e só depois, elabore a resposta.
- Começa a responder às perguntas mais simples e fáceis. Em caso de dificuldade, não se deixe bloquear. Passe, de imediato, a outra questão.
- Cuide a caligrafia, pois a legibilidade de um texto facilita a sua avaliação.

Após a entrega/correção da avaliação:

- Quaisquer que sejam os resultado consulte seu material e responda às questões que você teve maior dificuldade. Recorra de novo ao professor se ainda tiver alguma dúvida.
- Face a uma classificação insuficiente, não encare o resultado com derrotismo. Assuma a responsabilidade e, sobretudo, consciencialize-se da necessidade de trabalhar mais e melhor. Confie em você e não desanime.
- Se você obteve uma boa classificação, orgulhe-se do resultado, mas não o encare com triunfalismo. Continue a trabalhar, pois saiba que esse é o caminho para o êxito.

COMO ESTUDAR EM CASA:

- * Estabeleça um horário de estudo e não se afaste dele.
- * Escolha um lugar sossegado, silencioso, arejado, bem iluminado. Não estude deitado e verifique se todo o material de que precisa está à mão.
- * Ao final de cada tarefa, levante e dê uma voltinha por alguns minutos. Isso ajuda a descansar a mente e o corpo. Depois, retome ao trabalho.

- Procure pensar num problema parecido;

Expressão visual:

- Crie um esquema;
- Desenhe para entender melhor;
- Use cores e brilhos, sublinhe;
- Olhe fotos e filmes;
- Procure tocar quando possível;
- Invente uma imagem do fato

Expressão musical:

- Crie musicas para o que você aprendeu;
- Escreva um rep, com os dados;
- Se você consegue, use música de fundo para estudar.

Expressão corporal:

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

Mentalização:

- Relaxe;
- Medite;
- Use afirmação do tipo: eu sei;
- Visualize se sucesso com o assunto;
- Desafie-se a um resultado bom na aprendizagem do tema;

Trabalho em grupo:

- Faça troca de idéias com os colegas;

- Escute os outros e reflita sobre os dados;

- Organize grupos de estudo.

O que acontece na sala de aula é muito importante para o processo de aprendizagem. Dessa forma é necessário:

- Prestar atenção nas aulas solicitando esclarecimento do assunto sempre que não entender
- Ficar atento às perguntas dos colegas e ouvir as respostas dadas pelo professor, pois algumas dúvidas poderão ser esclarecidas.
- Anotar, de forma clara, os esquemas dados pelo professor, bem como, fazer anotações sobre os assuntos discutidos.
- Fazer os exercícios e trabalhos na classe solicitando ajuda do professor sempre que necessário.
- Corrigir os exercícios, tanto de classe como os de casa, de forma que estejam certos na hora da revisão para as avaliações.
- Realizar as tarefas sempre num mesmo local; escolher um lugar calmo, arejado e iluminado. Evitar locais onde haja interrupção de pessoas entrando e saindo, telefone tocando ou barulhos que possam despertar a atenção. O estudo exige concentração, portanto, não deixar rádio ou televisão ligado na hora do estudo ajuda a manter o clima necessário.
- Ter um mesmo horário do dia estabelecido para estudar; assim será mais fácil criar o hábito de fazer as tarefas diariamente. Dividir o tempo de maneira a realizar as tarefas e revisar os assuntos trabalhados no dia

- ❖ Utilize corretamente os seus instrumentos de trabalho - nunca se esqueças deles, mantenha-os bem cuidados e com os registros em dia.

Preparação para uma avaliação

Antes da avaliação:

- Procure dormir bem.
- Estude com tempo. Poderás assim tirar todas as dúvidas.
- Seja autoconfiante, o medo excessivo é um obstáculo ao êxito escolar.
- Faça previamente um plano de estudo dos conteúdos e reserva, para a véspera da avaliação, a revisão final. Volta a ler os sublinhados do texto, as anotações e os apontamentos para consolidares os teus conhecimentos.

Durante a realização da avaliação:

- Leia todo o enunciado da prova antes de responder, pois poderá tomar as atitudes mais corretas quanto à distribuição do tempo e à forma de organização das respostas.
- Distribua o tempo pelas várias perguntas, tendo o cuidado de deixar os últimos 5 ou 10 minutos para uma leitura/revisão das respostas.
- Entenda o sentido das questões, conhecendo previamente o significado de termos como "Defina", "Interprete", "Explique", "Analise", "Comente", "Relacione".

Sempre _____

Perante estes resultados, que conclusão você pode tirar?

Aprendendo a estudar...

Para que o seu esforço não seja penoso, aborrecido e infrutífero, não se esqueças que você deve:

- ❖ Interessar-se pelos estudos que está a estudar;
- ❖ Organizar o estudo com método e eficácia;
- ❖ Cumprir todas as tarefas e atividades que te forem exigidas.

Estudar exige vontade, atenção, esforço e determinadas técnicas que podem tornar mais eficaz o seu trabalho:

- ❖ Na sala de aula, acompanhe com a máxima atenção a explicação e as instruções do professor - identifique o assunto que vai estudar, tome nota das principais informações, esclareça todas as dúvidas e aponte as instruções para o trabalho de casa.
- ❖ Na sala de aula, participe do diálogo de forma positiva - acompanhe as intervenções dos colegas, intervenha a propósito, solicite permissão para falar e não hesite em intervir com receio de errar.

- Não deixar acumular conteúdos, pois isso exigirá um esforço maior do que o necessário.
- No caso de dúvidas, anotá-las para esclarecê-las com o professor na aula seguinte.
- Manter em ordem o material escolar; ser organizado, deixar sempre perto o material que vai utilizar, evitando ficar levantando a toda hora para procurá-lo. Isso tira a concentração e faz o rendimento cair.
- Não deixar para estudar somente no dia que antecede a avaliação, pois essa sobrecarga poderá prejudicar na hora da avaliação; estudo se faz dia após dia.
- Dar prioridade aos estudos; surgindo um passeio ou atividades não previstas, dar prioridade ao estudo; se deixar de estudar um dia por algum motivo, no outro por outro motivo, o assunto acumula e o rendimento começa a cair.
- Ler, com atenção, o enunciado dos exercícios, procurando respondê-los, sem voltar ao texto.
- As questões de cálculo exigem muita atenção; a questão deverá ser lida até o entendimento; encontrar a ligação entre o que é dado e o que é pedido; buscar o caminho necessário para resolução, efetuar os cálculos, revisar os cálculos, pois a maioria dos erros nos problemas está nas operações, reler a questão conferindo-a com a sua resolução.
- Resolver o maior número possível de exercícios.

- Rever as tarefas, antes de considerá-las prontas.

1. Onde estudar?

- Estude em um lugar silencioso, livre de ruídos e trânsito de pessoas;
- O melhor lugar para o estudo é a mesa ou escrivaninha;
- O local deve ser bem iluminado;
- Deixe perto de você tudo o que vai precisar: lápis, caneta, livros;
- O dicionário deve ser utilizado para esclarecer o significado das palavras.

2. Como organizar seu estudo.

- Estabeleça um horário diário para o estudo;
- Planeje cuidadosamente o que vai estudar no dia e siga seu plano;
- Estude as matérias no dia da explicação do professor;
- Evite, quanto possível, estudar à noite;
- Arrume o que vai levar para o colégio, assim que terminar os deveres de casa;
- Preste toda atenção possível. Afaste-se de tudo que o(a) distrai;
- Concentre-se nos assuntos e no professor. Se aproveitar bem a aula, não precisará estudar tanto depois;
- Escreva as idéias principais do que foi discutido em sala, com suas próprias palavras;
- Chegue na aula pontualmente para não perder as instruções do professor.
- Só falte às aulas em caso de grande necessidade.

3. Dicas de estudo.

- Ler e sublinhar as idéias principais;
- Fazer leitura em voz alta, com a dicção e entonação correta;

B - Estar atento e não distrair os colegas.

C - Esclarecer as dúvidas que ocorrem.

D - Realizar as atividades seguindo as orientações propostas...

E - Levar sempre para a aula o material indicado pelos professores.

F - Fazer o registro, no caderno, de forma ordenada (não esquecer a data, conclusões, esquemas/apontamentos, os trabalhos de casa ou outros).

G - Colaborar nos trabalhos de grupo.

H - Corrigir os exercícios, tanto de classe como os de casa, para que estejam corretos na hora da revisão e do estudo.

Verifica agora as tuas atitudes na sala de aula:

	NUNCA	ÀS VEZES	MUITAS VEZES	SEMPRE
Sou pontual				
Sou assíduo				
Estou atento nas aulas				
Participo nas aulas				
Trago o material necessário				
Realizo os trabalhos				
Sou organizado				
Esclareço as dúvidas				
Registro apontamentos				

Analise agora os seus resultados: (N.º de respostas)

Nunca _____

Às vezes _____

Muitas vezes _____

2º Interpretar a informação, estabelecendo relações entre os vários fenômenos, seguindo a direção das setas. Uma seta pretende dizer-nos que um acontecimento ou fenômeno teve "determinada causa ou consequência" ou "conduziu a".

3º Escrever um comentário - comece por identificar o conteúdo, faça a descrição ordenada da informação e depois tire uma conclusão, que deve ser a interpretação das relações entre os diversos dados apresentados.

Para construir um esquema deve:

1º Ordenar a informação.

2º Escolher o tipo de esquema mais adequado.

3º Utilizar a mesma cor e a mesma forma para todos os elementos de um mesmo tema.

4º Colocar adequadamente as setas, considerando que a seta -----> significa causa/efeito e a seta <-----> quer dizer inter-relação.

5º Usar de forma correta o traço mais espesso ou menos espesso e a linha contínua ou tracejada para expressar uma relação mais ou menos importante.

6º Escrever as palavras na horizontal e com letra legível.

Algumas indicações para aprender na sala de aula

A – Ouvir atentamente as explicações dos professores e as intervenções dos colegas.

- Resumir os textos lidos, com cuidado para não suprimir partes importantes;
- Fazer pesquisas em vários livros, jornais, revistas, Atlas, etc;
- Fazer esquemas, gráficos e desenhos;
- Elaborar fichário com os resumos feitos;
- Fazer os exercícios sem consultar o livro texto, corrigindo-os em seguida mediante o uso do mesmo;
- Elaborar questionários e responder para si mesmo;
- Faça um mural com o horário das aulas, as datas das avaliações, entregas de trabalho e atividades extras;
- Após terminar cada tarefa, levantar, fazer um alongamento, respirar fundo e retomar as atividades.

4. Como estudar Português.

Interpretação de texto:

- Leia a primeira vez para conhecer o conteúdo;
- Releia, lentamente, parágrafo por parágrafo;
- Grife as palavras desconhecidas e procure o seu significado no dicionário;
- Sintetize, oralmente, o que leu;
- Responda às perguntas porventura existentes no final do texto.

Escrita:

- Escreva com capricho: escrever corretamente é TREINO e HÁBITO;
- Ordene corretamente os exercícios de todas as disciplinas,
- Faça-se compreender por meio de dois elementos fundamentais: a sua escrita e a sua leitura; portanto, quando for escrever ou falar, lembre-se: só você sabe o que quer dizer!

Redação:

- Leia bastante, pois assim escreverá com facilidade;
- Organize seu pensamento e esquematize o assunto, observando início, desenvolvimento e conclusão, partindo de "palavras-chave";
- Cuide dos parágrafos, margens, uso de letras maiúsculas, pontuação;
- Aplique as regras gramaticais, que orientam a maneira correta de escrever;
- Não rasure o trabalho;
- Releia a redação antes de passá-la a limpo e antes de entregá-la ao professor.

Gramática:

- Leia, atentamente, o enunciado para não fugir ao que é pedido;
- Faça os exercícios na aula, solicitando ajuda do professor sempre que precisar;
- Corrija tanto os exercícios realizados em casa, como os feitos em sala, para que estejam todos certos, seja no caderno ou no livro;
- Faça o maior número de exercícios;
- Transcreva, no caderno, os exercícios do livro, que tenham um espaço muito pequeno para resposta;
- Organize suas tarefas com capricho.

5. Como estudar Matemática.

- Faça os exercícios de classe, solicitando ajuda do professor, sempre que precisar;

seu resumo, respeitando o conteúdo do texto e o pensamento do autor. Não inclua pormenores desnecessários, substitua idéias repetidas ou semelhantes por uma única idéia-chave utilizando a sua própria linguagem. Leia o seu resumo e avalie, corrigindo os aspectos que achar necessário. Verifique se tem as idéias principais, se a idéia do autor está respeitada e se o texto está coeso. Por fim, aperfeiçoe a linguagem do texto: ortografia, construção de frases, etc.

Como ler e fazer esquemas

Um esquema é sempre a representação e interpretação simplificada e atraente de uma realidade mais complicada. A sua utilização ajuda-nos a compreender e a recordar os acontecimentos, a estabelecer relações entre eles ou entre diversos fatores e a compreender a influência que esses acontecimentos ou fatores exercem uns sobre os outros.

Há vários tipos de esquemas: **lineares**, quando organizam a informação na horizontal e na vertical; **circulares**, se organizam a informação em círculo; **piramidais**, se a informação se dispõe em forma de pirâmide; e **sistemáticos**, quando a informação se organiza em forma de quadro, representando as relações de interdependência de um fenômeno.

Como você deve ler um esquema:

1º Identificar o seu conteúdo, isto é, o tema, a data e, eventualmente, o lugar.

memória os fixe mais facilmente, pois apela á sua componente afetiva. Para matérias mais complexas, é, no entanto, difícil de aplicar e geralmente baseia-se em jogos tradicionais, que não incluem muitas das novas matérias a estudar.

Como Fazer um Resumo:

Um resumo é a apresentação sucinta das idéias principais de um texto mais extenso, mas tendo todas as idéias fundamentais. Para tal devem eliminar-se os aspectos secundários.

Muitas vezes, um texto é demasiado grande e tem informação "a mais". Você verá que a tarefa de estudar fica bem mais simplificada se utilizar esta técnica.

Características de um bom resumo:

Brevidade: só contém as idéias principais. Os pormenores não são incluídos.

Rigor e clareza: exprime as idéias fundamentais do texto, de uma forma coerente e clara, e que respeite o pensamento do autor.

Linguagem pessoal: não se copia frases do texto; exprimem-se as idéias principais por palavras nossas.

Resumir corretamente:

Leia o texto e tente compreendê-lo, identificando as idéias principais parágrafo a parágrafo. Para isso, recorra aos sublinhados e aos esquemas, que lhe ajudarão a organizar o texto e os parágrafos. Comece a escrever o

- Corrija os exercícios para que estejam todos corretos em seu caderno ou livro;
- Use um rascunho para fazer as operações;
- Organize seus cálculos com capricho;
- Faça o maior número possível de exercícios;
- Faça os exemplos do livro no caderno;
- Resolva as expressões por partes e lembre-se de substituir os resultados parciais, rever tabuadas e regras de sinais;
- Com relação aos PROBLEMAS, faça o seguinte:
 - ✓ Leia-os, com atenção, até entendê-los perfeitamente;
 - ✓ Encontre a ligação entre o que é dado e o que se pede;
 - ✓ Planeje a solução dos problemas através de: esquemas, perguntas, fórmulas, etc.;
 - ✓ Analise, detalhadamente, se suas anotações estão certas;
 - ✓ Efetue os cálculos com a máxima atenção;
 - ✓ Verifique o resultado, procurando interpretá-lo;
 - ✓ Se não chegou ao resultado esperado, recomece o exercício com calma;
 - ✓ Busque diferentes caminhos para a solução dos problemas;
 - ✓ Não se dê por vencido até encontrar a resposta certa.

6. Como estudar Ciências.

- Releia o texto e grife (sublinhe) as idéias principais;
- Observe os detalhes das ilustrações e desenhos;

- Tente fazer as experiências que o texto propõe;
- Pesquise sobre os assuntos que estão sendo tratados em aula;
- Esquematize tudo o que você estudou;
- Tente explicar, com suas palavras, o que leu, estudou ou experimentou.

7. Como estudar História / Geografia / Sociologia / Filosofia / Religião.

- Interprete cada parágrafo e grife as idéias principais;
- Procure, no dicionário, as palavras que você desconhece;
- Faça esquemas dos conteúdos vistos;
- Procure compreender as relações de tempo (cronologia, data e espaço local), para melhorar a orientação do seu estudo;
- Utilize mapas na hora do estudo;
- Tente explicar com as suas palavras o que leu ou o que ouviu; elabore seu resumo.

8. Como estudar Inglês / Espanhol

- Repita a palavra ou o texto inúmeras vezes, até que as palavras lhe sejam familiares;
- Procure usar o dicionário, para conhecer o significado das palavras;
- Procure pensar algumas palavras ou frases em Inglês/Espanhol;
- Leia alto e, se possível, use um gravador para ouvir sua pronúncia;
- Esteja atento(a) para: leitura, escrita - ortografia, pronúncia e conversação;
- Sempre que possível, fale com outras pessoas em Inglês/Espanhol (professores, colegas e familiares);
- Faça anotações em sala de aula;
- Faça todos os exercícios por escrito;

encerram. Esta técnica mostra-se bastante útil para descrever processos, mas para enumerar listas de características ou outras informações que pretendemos decorar, não é muito útil, devido à dificuldade de encadear os diferentes dados. Técnica dos números - Algumas pessoas têm uma maior facilidade em recordar números do que palavras, o que pode ser comprovado, por exemplo, com os números de telefone. Para essas pessoas, a codificação de um conjunto de informações em números pode ser a forma mais fácil de adquirir todos esses dados. No entanto, esta técnica encerra também outros problemas como o excesso de codificação que pode tornar as mensagens um conjunto de informações sem sentido e de memorização ainda mais difícil.

Técnica das iniciais: Muitas pessoas têm também maior facilidade de decorar um processo ou dados como os elementos da tabela periódica, se estes formarem, com as suas iniciais uma palavra fácil de memorizar e com sentido. No entanto, também este método tem problemas, pois a partir das iniciais apenas, muitas vezes é difícil lembrar quais as palavras que pretendem representar.

Rimas e jogos: O ensino de crianças passa muitas vezes por rimas e jogos, que se tornam fáceis instrumentos de memorização. Por exemplo, certas rimas para decorar o nome dos meses e do número de dias que os compõem ou mesmo o ritmo que se imprime à tabuada para que quase se assemelhe a uma cantiga são formas de memorização mais fáceis de implementar. Este tipo de métodos muitas vezes recorre a palavras que soam a outras e que têm um sentido caricato na frase, o que faz com que a

Imagens mentais: Esta técnica baseia-se na idéia da memória fotográfica. Para as pessoas que tenham maior facilidade em decorar imagens, aconselha-se o recurso a páginas de informação estruturada e extremamente visual que provoque uma impressão forte na memória e obrigue a uma recordação exata. A grande desvantagem deste método é não poder ser aplicado a todas as matérias, mas apenas àquelas que tenham uma maior adaptabilidade a este tipo de estrutura.

Técnica dos espaços: Nesta técnica pretende-se utilizar a familiaridade da pessoa com determinado espaço para recordar determinada informação. Assim, por exemplo, pode-se associar a cada rua de uma pequena cidade uma idéia e o indivíduo, enquanto imagina passear-se por esses espaços vai-se recordando das informações que associou a cada um deles. Esta técnica tem a desvantagem de implicar um bom conhecimento dos espaços, o que não acontece com todos nós, mas também, que a matéria a estudar se associe com eles.

Palavras-chave: A idéia desta técnica é associar um tópico a cada palavra-chave, de modo que ao lembrarmos-nos desse termo nos recordamos de todo um raciocínio ou de toda uma matéria. Embora este método tenha nítidos benefícios do ponto de vista da compreensão da matéria, também é pouco confiável, pois a escolha de uma palavra-chave é muito importante, e também aqui o esquecimento de uma dessas palavras pode ser fundamental para a perda de todo o raciocínio. Elaboração progressiva - Por vezes pode ser útil encadear as informações de tal maneira que elas sigam uma ordem lógica que nos permita recordar as informações que elas

- Ouça músicas em Inglês/Espanhol e procure entender a mensagem.

9. Como proceder nas avaliações.

- Concentre-se no que vai fazer, mas sem ansiedade;
- Leia com atenção todas as instruções;
- Inicie realizando as questões que você considera mais fáceis, depois as médias e, finalmente as mais difíceis;
- Não tenha pressa de acabar. Use calmamente todo o tempo disponível;
- Se possível, não deixe nenhuma questão sem resposta;
- Releia a avaliação antes de entregá-la;
- Vedado "cola", pois ela não prepara profissionais competentes.

ALGUMAS DICAS:

USO DO DICIONÁRIO:

Por vezes, enquanto você estuda, surgem palavras desconhecidas. É bom ter um dicionário à mão, para que possa consultá-lo e compreender melhor o que está a ler. As palavras apresentam-se em ordem alfabética. Após encontrar a palavra, leia novamente a frase do texto em que está essa palavra. Depois veja os sinônimos que o dicionário sugere. Qual lhe parece que vai fazer sentido no texto? Substitua a palavra do texto por esse sinónimo. Leia a frase. Faz sentido?

Escolheu bem. Não faz sentido? Tente outro sinónimo e repita o processo.

Treine a sua consulta no dicionário procurando o significado das palavras destacadas (ou de outras que eventualmente desconhece).

Como fazer sublinhados

Sublinhar é colocar um risco embaixo das idéias, detalhes e notas mais importantes do texto que se está a ler ou a estudar.

Com o sublinhado pretende destacar-se aquilo que de mais importante surge no texto.

Permite ainda facilitar a memorização dos conhecimentos e fazer revisões mais facilmente.

Como fazer?

A - Utilize um lápis ou caneta de cor contrastante, sublinhe os títulos e as idéias mais importantes;

B - Sublinhe as palavras e frases que venham com escrita em *itálico* ou em letra mais carregada (negrito) e tudo o que se encontre de especial interesse.

C - Utilize diferentes tipos de sublinhados, para distinguires diferentes tipos de idéias.

Regras para sublinhar bem:

1 - Depois de leres o texto, na segunda leitura, tente distinguir o que é essencial.

2 - Selecione então os elementos de informação mais importantes para sublinhar.

3 - Sublinhe as frases que contêm esses elementos, de forma que, ao lê-las, de imediato lhe forneçam a idéia fundamental.

4 - Dê mais importância às definições e idéias-chave.

5 - Sublinhe de forma que, ao leres só os sublinhados, você se lembre de todo o texto e perceba o seu sentido. Assim, quando fores fazer revisões da matéria, terá o trabalho muito facilitado.

Notas à margem do texto: Além dos sublinhados, você pode também utilizar um código e fazer notas à margem do texto chamando assim a atenção para diversos pontos. Por exemplo:

CÓDIGO	SIGNIFICADO
//	Importante; idéias a realçar.
V	Concordo
X	Não concordo
Def.	Definição ou conceito
-	aviso
?	dúvidas

Técnicas de memorização

Repetição: A forma mais simples de decorar uma determinada informação é exatamente repeti-la um determinado número de vezes até que esteja totalmente apreendida. Esta técnica é muito utilizada, mas pode ser demasiado fatigante ou mesmo pouco útil, uma vez que implica um esforço mental que resulta muitas vezes no posterior esquecimento de tudo o que foi decorado.