

Calendário de aulas suspenso? Ideias para manter o ritmo de estudos.

Estamos vivendo um momento único globalmente e a necessidade de isolamento social implica em mudanças de hábitos. Para lidar melhor com o isolamento e não perder o ritmo dos estudos avalie algumas ideias que separamos para vocês:

1. Mesmo quando estamos em período de aulas, é importante dedicar algumas horas para o estudo diário. Com as atividades suspensas ou remotas, busque organizar-se para estudar pelo menos 2 horas diárias nos horários que estaria na faculdade;
2. Procure um lugar arejado, com poucas distrações e estabeleça metas de estudo dividindo tempo para as matérias que devem ser estudadas.
3. Se você não tem conteúdo novo a ser estudado, aproveite para ler aqueles textos atrasados, estudar mais profundamente as matérias que estava com dificuldade, fazer as leituras do TCC, aprender mais sobre algum tema de seu interesse. Enfim, você é um universitário e com certeza sabe selecionar suas prioridades.
4. Mantenha o contato com os colegas de turma. Mesmo à distância vocês podem se ajudar. Usem das ferramentas para socializar, estudar e se divertir online. Mas não esqueça que as interações virtuais também exigem ética, respeito e boa educação.
5. Siga as recomendações das autoridades sanitárias, alimente-se e durma bem e faça exercícios físicos mesmo em casa!



(imagem da internet)

DESCRIÇÃO DA IMAGEM: Desenho de um jovem sorrindo, sentado em uma cadeira, diante de uma mesa com um computador e um livro aberto. Ao lado dele há uma pilha de 3 livros.

