



Matemática em Foco

Xavialuno, esse é o seu roteiro geral de estudos.



Estaremos apresentando a você um roteiro de estudos sensacional com várias dicas maravilhosas sobre tudo que envolve **rendimento e desempenho** para melhorar seus resultados.

Desde já é preciso entender que estudar matemática exige muita prática.

Xavialuno, existem uma série de ações ao longo do seu processo de preparação e aprendizagem que podem prejudicá-lo, por isso preparamos este **ROTEIRO DE ESTUDOS** detalhado para que você saiba exatamente o que deve fazer para conseguir bons rendimentos em qualquer prova que venha fazer.

Este roteiro é **fruto de anos de trabalho e estudo** por parte do professor Mick Xavier, que concluiu sua Licenciatura em Matemática, Mestrado na Universidade Federal Fluminense/UFF/RJ, concluiu todas as disciplinas do Mestrado em Petróleo e Gás na COPPE/UFRJ e coleciona mais de 10 aprovações em concursos públicos na área de Educação, antes de completar apenas 25 anos.

“Sempre utilizei tudo que está apresentado detalhadamente neste documento e deu muito certo, tanto no ensino médio quanto no ensino superior. Durante todo meu curso de Licenciatura existiam vários fatores e obstáculos que atrapalhavam meus estudos e poderiam atrapalhar meus resultados, como o de muitas pessoas, mas **consegui entender como eu deveria estudar e “driblar” aquilo que poderia me atrapalhar** como o trabalho, casa cheia, barulho, compromissos diversos, filhos, etc. Então criei meu método. Com ele consegui ser aprovado com ótima classificação em vários concursos públicos (1º e 2º lugar) antes de concluir meu curso superior. O mais importante é você conhecer suas limitações e desenvolver a sua própria “receita” de estudos, mas tenho certeza que esse roteiro vai ajudar muito meus alunos assim como me ajudou”. – **diz o professor Mick Xavier.**



Xavialuno, esse é o seu roteiro geral de estudos.



Descubra o melhor horário e local de estudos

Importância da alimentação e atividade física

Faça um planejamento geral

Como estudar matemática corretamente

Planejamento semanal

Cuidado com calculadora e cálculo mental

Defina suas metas

Xavialuno, esse é o seu roteiro geral de estudos.



Como definir horário e local de estudos?

Priorize sempre estudar em um horário que você esteja com o corpo e a mente descansados pois assim sua capacidade de entendimento e absorção serão sempre maiores.

O local de estudo deve ser um local silencioso preferencialmente, mas se não for possível, tente utilizar protetores auriculares que podem diminuir o barulho e consequentemente podem aumentar sua concentração. **Afinal, estudar concentrado é fundamental!** Em casos extremos de horários e locais impróprios para estudo, sugiro experimentar acordar mais cedo e estudar de madrugada. Não é uma prática muito comum, mas pode ser muito útil já que neste caso, o local provavelmente estará mais silencioso, seu corpo e principalmente sua mente, estarão descansados. No entanto vai exigir muita disciplina, pois você precisará eliminar distrações e dormir mais cedo que o normal, provavelmente. Para ter uma preparação completa e eficaz, procure aproveitar seu tempo livre para descansar e estudar. **Foco total no seu sonho!**

Alimentação e atividade física são importantes ?

Uma alimentação saudável aliada com a prática de atividade física pode fazer um bem enorme na sua preparação.

Quando estamos estudando, focados, investindo tempo, dinheiro e pensando somente em conquistar nossos objetivos, podemos desenvolver distúrbios alimentares, ficar abalados emocionalmente, estressados e sofrendo até de ansiedade. A prática de atividade física pode aliviar essas sensações, provocando um certo alívio emocional, e claro, um bem estar físico. Portanto, **se possível, pratique alguma atividade física com um acompanhamento médico e mantenha uma alimentação saudável!** Assim seu corpo e sua mente estarão mais preparados e capacitados a absorver conteúdo.

Xavialuno, esse é o seu roteiro geral de estudos.



Como fazer um planejamento geral?

O planejamento é algo que depende da sua rotina e disponibilidade.

O planejamento está relacionado com os conteúdos que você precisa estudar até a data da sua prova. Portanto você precisa se planejar para estudar todos os módulos oferecidos no seu curso, dentro do prazo que você possui até a sua prova, e da sua disponibilidade semanal. Então **você precisa planejar e organizar tudo que você precisa estudar dentro do seu prazo**, e depois organizar como vai estudar semanalmente. A ideia é você não se perder, por isso aconselhamos um planejamento geral aliado a um planejamento semanal.

Existe uma forma correta de estudar Matemática ?

Definimos um roteiro padrão que você deve seguir quando estuda matemática.

Muitos alunos reclamam que não conseguem resolver questões pois não conseguem interpretar ou identificar qual conteúdo deve aplicar Ou que não nasceram para matemática, ou que não levam jeito para matemática etc. E aí, você se identificou com alguma das situações citadas anteriormente? Em caso afirmativo, não se preocupe, **isso acontece na maioria dos casos pois os alunos estudam errado!**

Estudar matemática é uma tarefa diferente, que exige muita organização, disciplina e prática. Todo mundo sabe disso, então o que fazem errado? Em geral, erram na sequência das ações entre OLHAR e ENTENDER, REFAZER, TENTAR.

1. Primeiro é essencial **iniciar o estudo de qualquer conteúdo entendendo a teoria**, ideias e resoluções feitas pelo professor. Esse deve ser sempre seu primeiro contato com os conteúdos.
2. Segundo passo e não menos importante, é **refazer tudo aquilo que viu no passo anterior**. Isso inclui principalmente os exemplo e exercícios básicos.
3. Após conseguir refazer todas as questões já vistas e entendido todas as ideias aplicadas, o último passo e mais importante é você **tentar fazer questões** cujas resoluções você ainda não viu. E se você tentar e não conseguir, deve voltar para o passo 2.

Xavialuno, esse é o seu roteiro geral de estudos.



Planejamento semanal

O planejamento semanal é o que vai colocar em prática o seu planejamento geral.

A nossa plataforma oferece um plano de estudos semanal, dividido em 5 dias (em geral) em cada módulo. Sugerimos fortemente que você siga este cronograma afinal ele é pensado principalmente sobre a melhor sequência de ações para potencializar seu aprendizado. Caso você não consiga organizar sua rotina em 5 dias, basta seguir a sequência de ações dentro da sua disponibilidade.

Posso usar calculadora?

Evite usar calculadora durante seus estudos. Ela te deixará preguiçoso e destreinado.

Em geral, fazer os cálculos à mão não é tempo perdido. Quanto mais cálculos você realizar à mão, mais seu cérebro e raciocínio matemático estarão ativos. **Quem usa muito a calculadora acaba errando cálculos bobos. Use apenas o necessário.** Cuidado também com os cálculos mentais. Apesar de ao longo de curso ensinarmos diversas técnicas de cálculo mental, em excesso, ele podem levar à preguiça de escrever o que aumenta suas chances de erro. A resolução de uma questão muitas vezes vai depender da sua escrita e organização, por isso você não deve ter preguiça de escrever e precisa treinar sua organização. Preste sempre muita atenção em todas nossas resoluções e tente criar um modelo de organização dos dados fornecidos ou siga o nosso.

Xavialuno, esse é o seu roteiro geral de estudos.



Defina suas metas

É importante que você defina metas dentro do seu planejamento de estudos.

Você deve criar metas dentro do seu planejamento geral, por exemplo, “*eu vou terminar os módulos 1 e 2 até a seguinte data*”. Seja fiel aos seus planejamentos e à sua realidade, trace suas metas para servir de parâmetro e objetivos a serem conquistados na semana ou no mês, como “*neste mês vou fazer 4 simulados da plataforma*”.

Caso você fique com alguma dúvida, nos envie uma mensagem através da ferramenta “*monitoria*” dentro do seu ambiente de aluno.

Bons estudos!

Equipe Matemática em Foco

Prof. Mick Xavier

