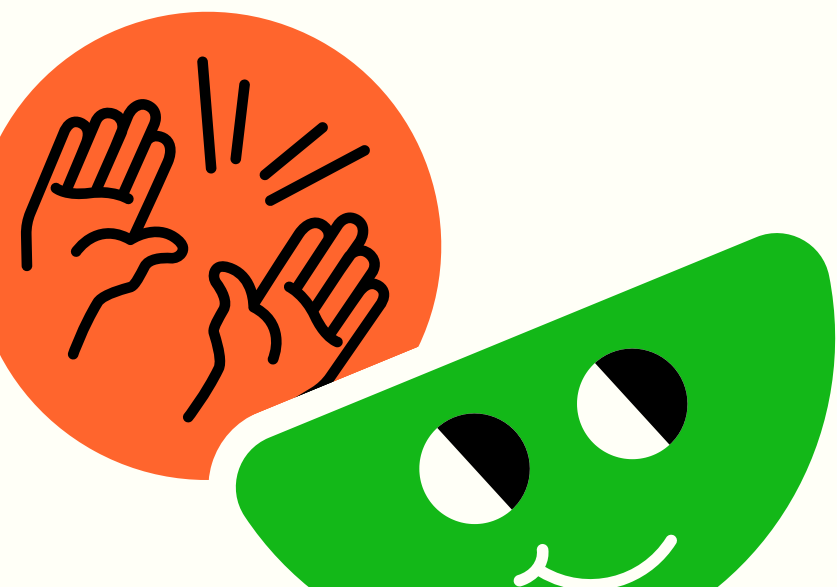


ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO



# UM GUIA PARA O APRENDIZADO EM CASA



Aprendizad<sup>oo</sup>online  
11 ANOS EDUCANDO



# ORGANIZE SEU ESPAÇO DE ESTUDO.

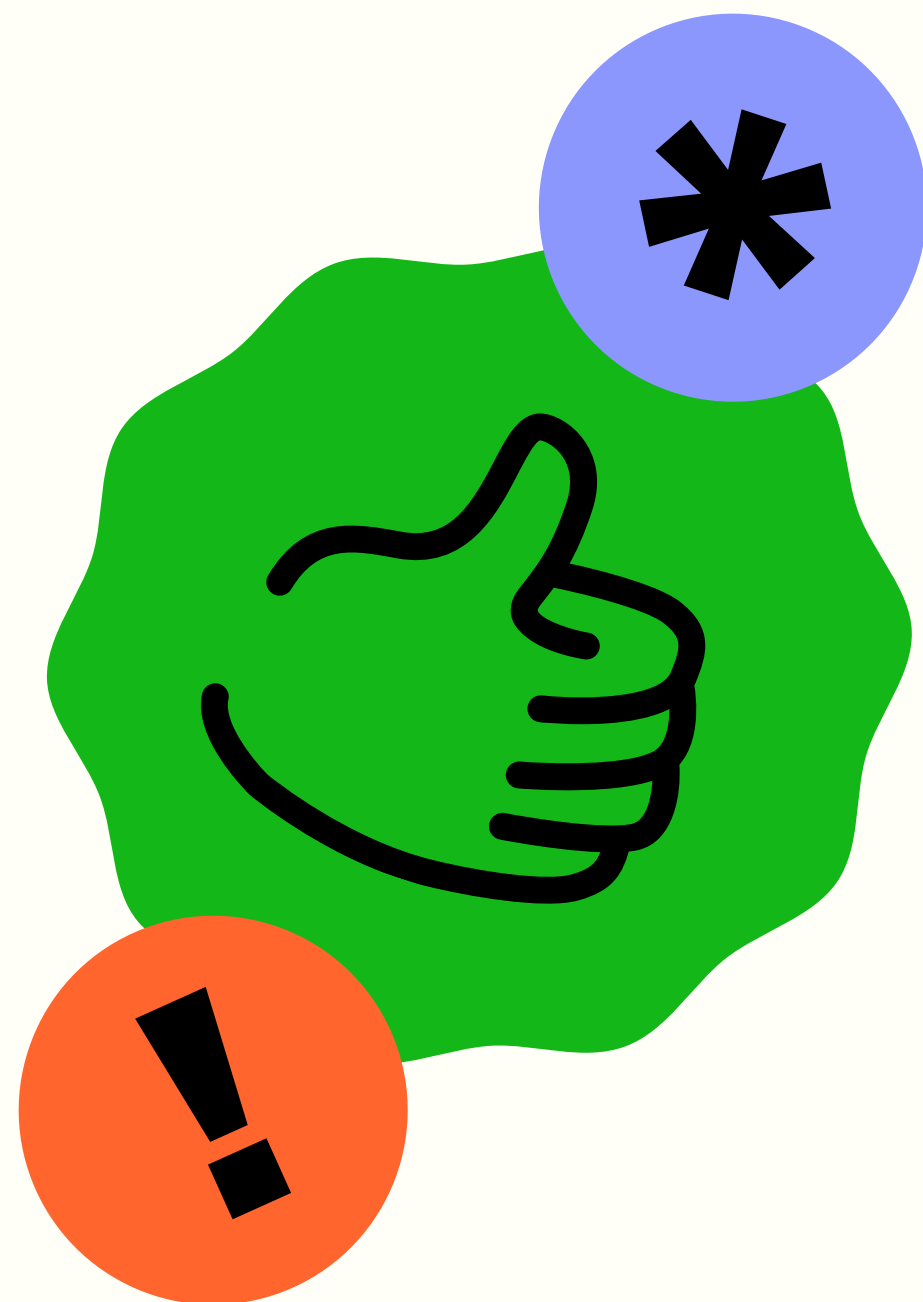
**ENCONTRE UMA ÁREA EM SUA CASA ONDE VOCÊ  
POSSA SE SENTAR CONFORTAVELMENTE E FOCAR.**

Separe esse espaço do seu espaço de relaxamento. De preferência, longe de uma tela de televisão ou outras distrações.

# FAÇA ANOTAÇÕES.

**Entediado em uma Aula? Fazer anotações mantem sua mente focada.**





# PLANEJE SEU DIA COM ANTECEDÊNCIA.

**Siga a agenda fornecida pela sua escola,  
se houver.**

Se você tiver apenas uma lista de coisas para estudar, divida em tarefas menores e se planeje para fazer as mais difíceis quando tiver mais energia.

# DIMINUA AS DISTRACÇÕES.

**Use a imaginação e finja que está na escola e não em casa.**

— Bloqueie seu telefone se for necessário. Não tenha medo de pedir ajuda a seus pais.

— Assine Aprendizado Online para melhorar sua produtividade. Ele é ótimo companheiro de estudo para que você possa focar 100%.



# FAÇA MUDANÇAS.

Você provavelmente tem uma agenda para suas aulas, mas se está ficando difícil se concentrar, faça uma pausa de 5 minutos e volte depois - é só avisar ao seu professor.

Seja gentil com sua mente se você precisar de uma pausa na agenda.



**SNACK**

**PET!**

**CAFÉ**

# FAÇA INTERVALOS REGULARES.

**Deixe sua mente descansar e recarregar.**

Faça alongamentos, brinque com seu bichinho, molhe as plantas, faça um lanchinho ou tome um café, suco, leite, água.

# FALE SOBRE ISSO E PEÇA AJUDA.

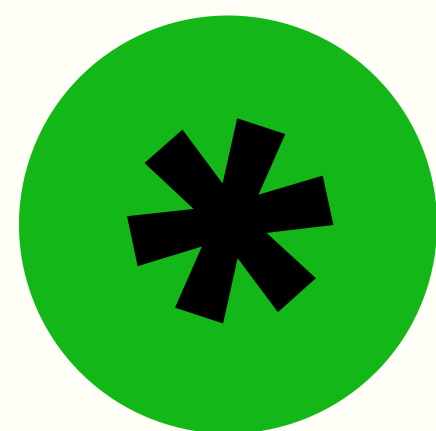
Quando as coisas ficam difíceis, não force.

Fale com seus pais, com seu professor, procure a ajuda de seus colegas ou conte com o Aprendizado Online também!



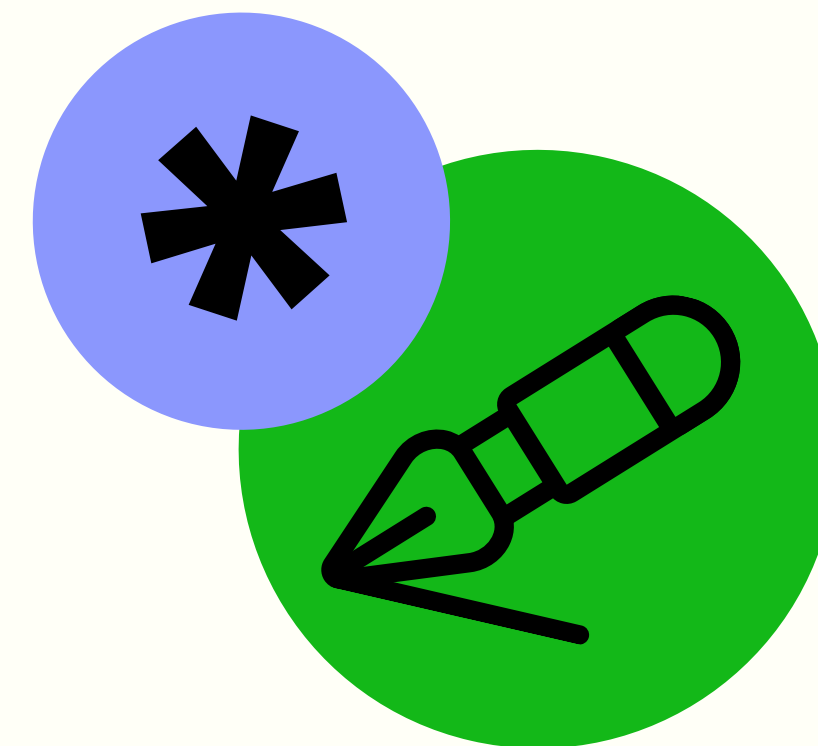
— A ajuda sempre estará disponível, desde que a gente peça.





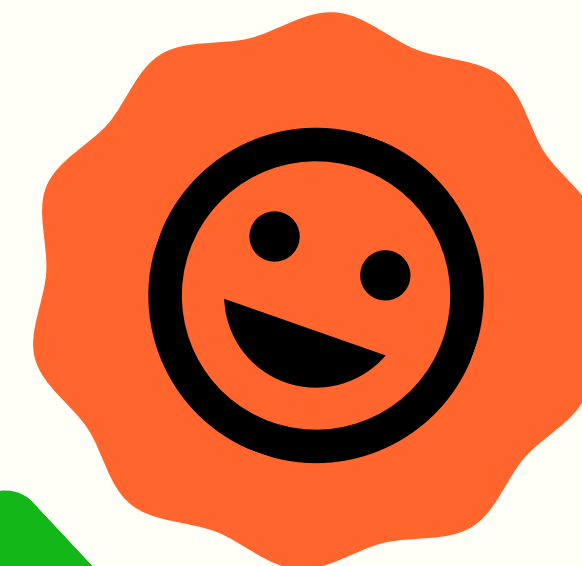
# ANOTE TUDO.

Use um caderno para acompanhar seu progresso ou quaisquer perguntas que você possa querer fazer ao seu professor sobre as lições na aula.

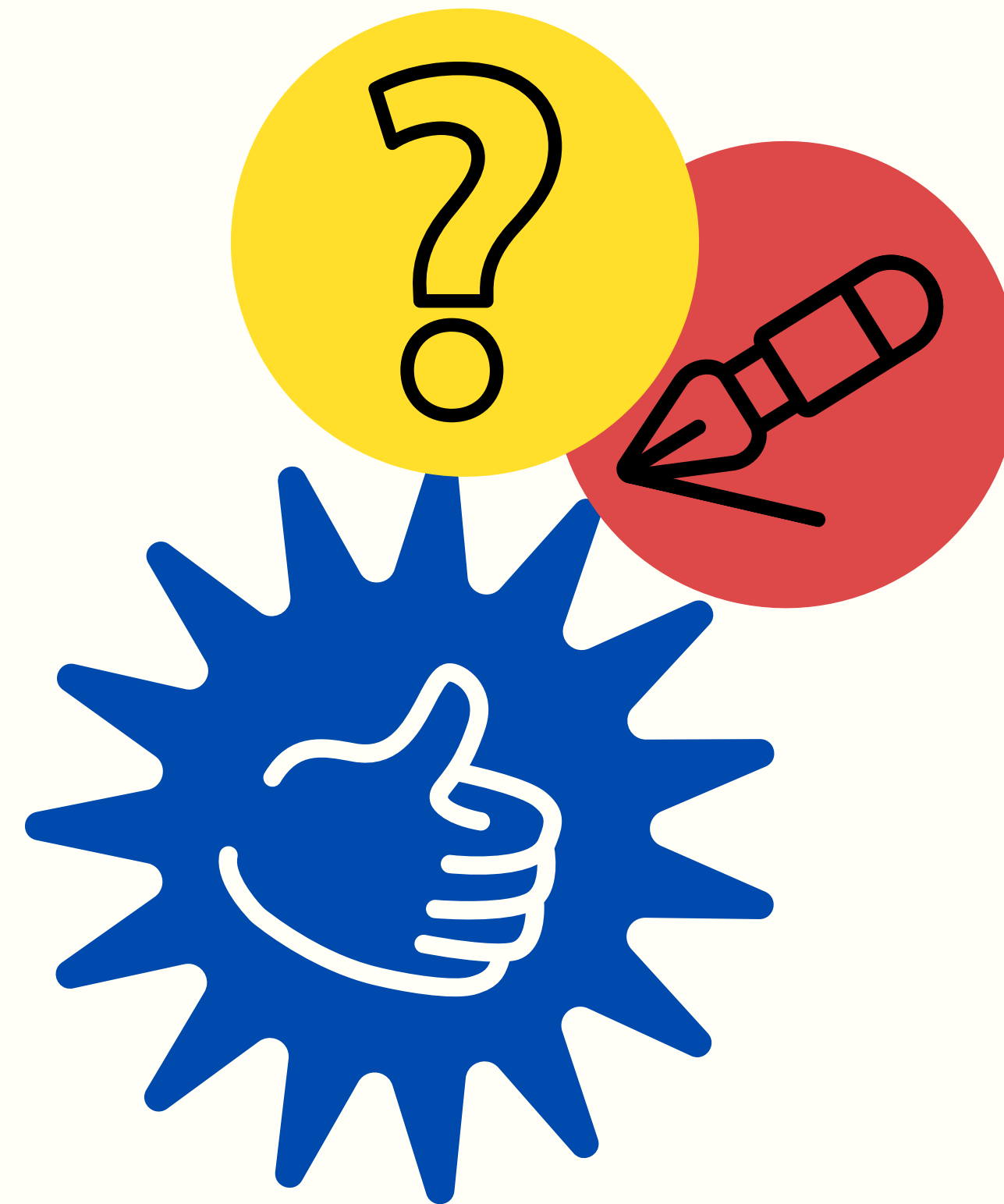


# ESTUDAR EM CASA PODE SER DIFÍCIL, MAS É POSSÍVEL.

O ensino online ajuda a reforçar habilidades para toda a vida, como gestão de tempo e de energia, independência e pensamento criativo.



# REFORÇO ESCOLAR COMPLETO APRENDIZADO ONLINE.



[www.aprendizadoonline.com.br](http://www.aprendizadoonline.com.br)

CLIQUE AQUI

**Aprendizad<sup>o</sup>online**  
11 Anos Educando