

ESTUDO DIRIGIDO

Dicas para elaborar o seu estudo dirigido.

Escolha a forma que seja mais confortável para você: à mão, no computador/celular, gravação de áudio, etc.

- Identificar o assunto trabalhado na disciplina/aula.
- No assunto identificar o que foi trabalhado, os pontos principais que precisam ser compreendidos e consolidados e conceitos que possui dúvidas.
- A partir dos pontos selecionados, crie perguntas que necessitem de justificativa/elaboração para serem respondidas.
- Em um primeiro momento, elabore as respostas sem consulta ao material de referência.
- Após responder, verifique sua resposta no material de referência, caso precise corrigir/acrescentar algum detalhe, evite copiar, elabore de acordo com seu entendimento.

Exemplo:

Trecho de um conteúdo estudado: (exemplo extraído da internet)

“A cenoura é uma raiz que é uma excelente fonte de carotenoides, potássio, fibras e antioxidantes, os quais proporcionam diversos benefícios para a saúde. Além de promover a saúde visual, também ajuda a evitar o envelhecimento precoce, melhorar o sistema imune e a prevenir alguns tipos de câncer.

Essa hortaliça pode ser consumida crua, cozida ou em suco e pode ser encontrada com diversas cores: amarelas, laranjas, roxas, vermelhas e brancas. A principal diferença entre elas está na sua composição: a laranja é a mais comumente encontrada e é rica em alfa e beta carotenos, que são responsáveis pela produção de vitamina A, enquanto as amarelas possuem maior concentração de luteína, as roxas são ricas em um poderoso antioxidante, o licopeno, e as vermelhas são ricas em antocianinas.”

Perguntas possíveis:

1. Quais os benefícios da cenoura para a saúde?
2. Como a cenoura pode ser consumida?
3. A cenoura ajuda melhorar o sistema imune? Justifique.
4. É importante saber sobre as diferentes cores da cenoura?