

«A MINHA GESTÃO DO TEMPO»

É frequente dizeres que não tens tempo para nada, que estás sempre na escola, que não te sobra tempo para te divertir, para estar com os teus amigos e para estudar...No entanto, se pensares um pouco, poderás chegar à conclusão que até tens bastante tempo para gerir, ou seja, para fazer dele o que decidires...

Senão vejamos:

Um dia tem 24 horas, se dormires 8 horas, ainda te sobram 16...Se dessas 16



horas, contares 7 horas para estar na escola, ainda te sobram 9 horas (que corresponde a perto de metade das horas disponíveis num dia...). Mas se descontares 3 horas para tomar o pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar, mesmo assim ainda te sobram 6 horas. O que fazer com elas?

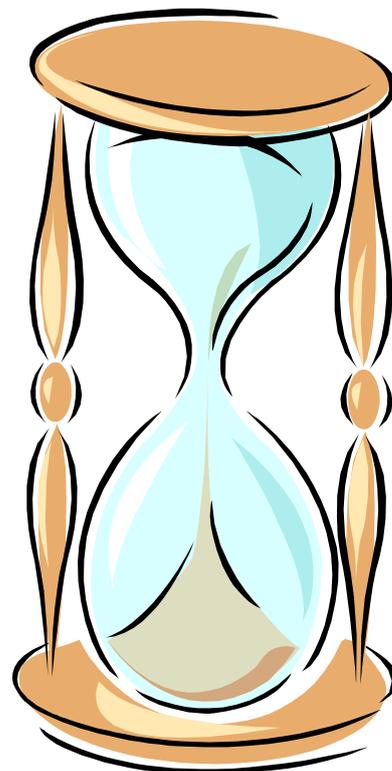
Estudar, praticar desporto, estar com os amigos,

ouvir música, ler ou descansar!

Sugerimos que comeces por definir as horas que pretendes dedicar ao estudo diário.

Deverás ter em conta que:

- É importante preparar as aulas que terás no dia seguinte e, para isso, deverás rever o que foi leccionado na aula anterior nessas disciplinas;
- É aconselhável dividir o tempo disponível de forma equilibrada entre as disciplinas que vais estudar, não te esquecendo de efectuar 5 minutos de intervalo entre o estudo das várias disciplinas, de forma a evitares cansaço e aborrecimento;
- Deves evitar estudar duas disciplinas, de conteúdos semelhantes, uma a seguir à outra, para não «baralhar» as matérias;
- Deves começar pelas disciplinas mais difíceis para ti, visto que quando começamos a estudar estamos menos cansados e precisamos de despender menos esforço;
- Se deixares para o fim o que te custa menos e o que mais gostas de fazer, verás que tudo te parecerá mais fácil!



Professor Bibliotecário
Fernando Magalhães