AQUELA EM QUE VOCÊ entende como não esquecer O QUE ESTUDA

na prática:

- resumo TOP
- evocar

"cramming"

a verdade é que a escola não ensina a estudar

o dilema do "bom aluno": vai bem no colégio e vai mal no vestibular

→ não é problema de memória, é falta de método

desafio
desejável

memória
de curto prazo

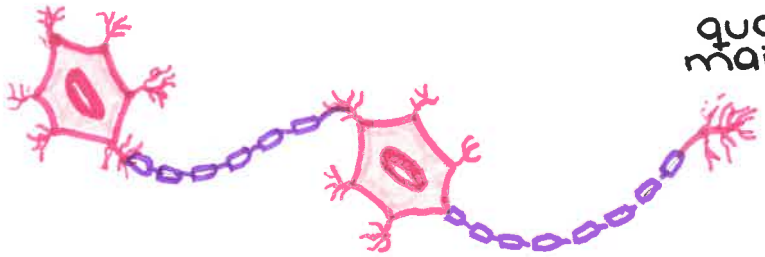
X

memória
de longo prazo

consequências
do uso errado da memória:

- esquecer o que estudou
- irritação
- mau humor
- dor de cabeça

ATIVE O MODO
mutirão



quando o assunto é aprendizagem, mais fácil não é melhor

como o cérebro aprende:

1. Codificação
2. Consolidação
3. Recuperação

ESQUENTA MLA

@fernandalealprof