



Para saber qual estilo de aprendizagem é predominante, você está convidado a fazer o teste abaixo e otimizar seu tempo de estudos, de modo que tire proveito de suas preferências, para suas aprendizagens essenciais.

- 1) Eu gostaria mais de fazer este exercício:
 - a. Por escrito
 - b. Oralmente
 - c. Realizando tarefas

- 2) Gosto muito de ganhar um presente que seja:
 - a. Bonito
 - b. Sonoro
 - c. Útil

- 3) Tenho mais facilidade de lembrar nas pessoas:
 - a. A fisionomia
 - b. A voz
 - c. Os gestos

- 4) Aprendo mais facilmente:
 - a. Lendo
 - b. Ouvindo
 - c. Fazendo

- 5) As atividades que mais me motivam são:
 - a. Fotografia, pintura
 - b. Música, palestra
 - c. Escultura, dança

- 6) Na maioria das vezes, prefiro:
 - a. Observar
 - b. Ouvir
 - c. Fazer

- 7) Ao me lembrar de um filme, vêm à minha mente:
 - a. As cenas
 - b. Os diálogos
 - c. As sensações

- 8) Nas férias, gosto mais de:
 - a. Conhecer novos lugares
 - b. Descansar
 - c. Participar de atividades

- 9) O que mais valorizo nas pessoas é:
 - a. A aparência
 - b. O que elas dizem
 - c. O que elas fazem

- 10) Percebo que alguém gosta de mim:
 - a. Pelo jeito de me olhar
 - b. Pelo jeito de me falar
 - c. Por suas atitudes

- 11) Meu carro preferido tem que ser principalmente:
 - a. Bonito
 - b. Silencioso
 - c. Confortável

- 12) Quando vou comprar algo, procuro:
 - a. Olhar bem o produto
 - b. Ouvir o vendedor
 - c. Experimentar

- 13) Tomo decisões com base principalmente no que:
- a. Vejo
 - b. Ouço
 - c. Sinto

- 14) Em excesso, o que mais me incomoda é:
- a. Claridade
 - b. Barulho
 - c. Ajuntamento

- 15) O que mais me agrada em um restaurante:
- a. O ambiente
 - b. A conversa
 - c. A comida

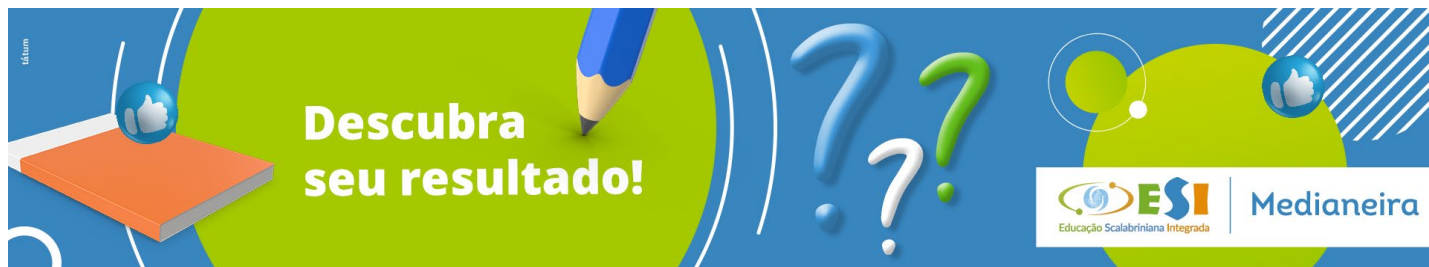
- 16) Em um show, valorizo:
- a. A iluminação
 - b. As músicas
 - c. A interpretação

- 17) Enquanto espero alguém, fico:
- a. Observando o ambiente
 - b. Ouvindo conversas
 - c. Andando, mexendo com as mãos

- 18) Eu mais me entusiasmo quando:
- a. Me mostram
 - b. Me falam
 - c. Me convidam para participar

- 19) Ao consolar alguém, procuro:
- a. Mostrar um caminho
 - b. Levar uma palavra
 - c. Dar um abraço

- 20) Do que mais gosto em uma fogueira é:
- a. Olhar as chamas
 - b. Ouvir o crepitar da madeira
 - c. Sentir o calor



Agora some quantas vezes você indicou cada letra e multiplique por cinco para obter os percentuais:

- a. Visual x5
- b. Auditivo x5
- c. Cinestésico x5

PARA OS VISUAIS

Estudantes desse grupo conseguem memorizar com mais facilidade quando estimulam a visão. Slides gráficos, diagramas, ilustrações e textos são materiais mais adequados para revisar e estudar depois das aulas, sempre em ambientes tranquilos e silenciosos. Para eles, qualquer som funciona como uma distração.

- Procure recursos visuais sobre o que foi estudado (exemplo: videoaulas).
- Tente fazer resumos usando anotações, tabelas, esquemas, desenhos, fluxogramas, gráficos e outros recursos parecidos.
- Utilize-se das dicas anteriores, colocando-as nos mais diversos lugares (porta do quarto, armário, computador, etc.) para que, sempre que passar pelo lugar, possa dar mais uma olhada.
- Visualize os gestos do professor, o modo como ele ensina (na hora de lembrar sobre determinado assunto, você poderá visualizar o modo como foi trabalhado o conteúdo).
- Tente construir imagens mentais sobre o que estiver estudando.
- Dê importância à leitura, principalmente às que contêm esquemas e resumos gráficos.

PARA AUDITIVOS

Alunos auditivos precisam de silêncio e concentração para ouvir a explicação dos professores e repassar o conteúdo em voz alta, mais tarde, na hora de estudar. Por isso, a melhor alternativa é buscar ambientes tranquilos, que não sejam afetados por ruídos externos. Nos dias em que a concentração teima em não dar as caras, alunos auditivos podem contar com o auxílio da música para dar aquele empurrãozinho nos estudos. Sons tranquilos e instrumentais dão conta do recado, pode acreditar.

- Faça resumos e grave-os para que você possa escutar o que escreveu.
- Graças aos milagres da tecnologia, é possível estudar com a ajuda de livros e documentários em áudio e podcasts especiais dentro do tema discutido em sala de aula.
- Procure escutar as suas gravações logo assim que acordar ou antes de dormir.
- Tente escrever pouco para concentrar a atenção nos professores durante as aulas.
- Se possível, sente nas primeiras carteiras em sala de aula.
- Leia os textos em voz alta.
- Fique atento tudo o que é trabalhado em aula.
- Converse com os amigos sobre os conteúdos.

PARA CINESTÉSICOS

Para esses alunos, não basta apenas ler ou ouvir as explicações do professor. Eles precisam entender o conteúdo na prática, com a mão na massa. Por isso, a dica é estar sempre em movimento, fazendo algumas pausas relaxantes durante os estudos. Isso porque os cinestésicos nem sempre aguentam passar tanto tempo parados, apenas resolvendo exercícios. Os primeiros sinais desse estilo aparecem já na infância. Estudantes cinestésicos apresentam desde cedo o gosto por montar e desmontar alguns brinquedos, por exemplo.

- Laboratórios, atividades em campo, viagens e pequenos experimentos caseiros também trazem bons resultados, já que transformam teorias em algo palpável, real.
- Procure estudar lendo em voz alta e caminhando pelo local de estudo.
- Procure estudar mudando de posição de vez em quando.
- Escreva, fale, leia e faça gestos que achar que representem melhor as informações estudadas. Às vezes o espelho ajuda!
- Procure participar das aulas com perguntas e sempre que possível se ofereça para ser tutor de seus amigos.