

Marcelle Resende Moreira
Kátia Regina Xavier Pereira da Silva

Um papo sobre
estudar

Super dicas para você
aprender a aprender
melhor



**MARCELLE RESENDE MOREIRA
KÁTIA REGINA XAVIER PEREIRA DA SILVA**

**UM PAPO SOBRE ESTUDAR –
SUPER DICAS PARA VOCÊ APRENDER A APRENDER MELHOR**

1ª edição



Rio de Janeiro, 2016

COLÉGIO PEDRO II

PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO, PESQUISA, EXTENSÃO E CULTURA

BIBLIOTECA PROFESSORA SILVIA BECHER

CATALOGAÇÃO NA FONTE

M838 Moreira, Marcelle Resende

Um papo sobre estudar: super dicas para você aprender a aprender
melhor / Marcelle Resende Moreira, Kátia Regina Xavier Pereira da
Silva. - 1. ed. - Rio de Janeiro: Imperial, 2016.

156 p.

Acompanha caderno de atividades para estudar com os amigos.

ISBN: 9788564285361.

1. Aprendizagem. 2. Compreensão leitora. 3. Autorregulação da
aprendizagem. 4. Estratégias de aprendizagem. I. Silva, Kátia Regina
Xavier Pereira da. II. Título.

CDD 370.15

Ficha catalográfica elaborada pelo Bibliotecário Andre Dantas – CRB7 5026

RESUMO

A proficiência em leitura nos permite acesso a uma vasta quantidade de saberes acumulados pela humanidade, registrados por meio da escrita. No contexto escolar, a leitura tem estreita relação com o desempenho escolar, já que além de objeto de ensino, ela é também meio de aprendizagem. É, sobretudo, através da escrita que são difundidos os conteúdos curriculares e quanto mais elevado o nível de escolarização, maiores são as demandas de textos a serem lidos e as exigências relativas à proficiência leitora dos estudantes. Esse aumento de demanda de leitura - em sua modalidade funcional - é mais fortemente percebido pelos estudantes durante as fases de transição entre os segmentos de ensino. São muitas as aflições, dificuldades e desafios enfrentados por alunos na passagem do 5º para o 6º ano, série que inicia o segundo segmento do Ensino Fundamental e é apontada como um dos anos escolares em que há maior percentual de reprovação no Brasil. Além de possíveis lacunas no processo de compreensão de textos e de inabilidade em lidar com grande volume de materiais utilizados para fins didáticos pelos professores, estão também entre as dificuldades enfrentadas por alunos que ingressam no 6º ano a inadequação de hábitos de estudo e a incipiência no uso de estratégias de aprendizagem. Considera-se de extrema importância para uma trajetória bem sucedida dos estudantes que a escola invista no ensino de estratégias que auxiliem os alunos a regular e monitorar suas ações e sentimentos, de modo que esses passem a colaborar para o alcance dos seus objetivos de aprendizagem. Esses fatores estão intimamente relacionados à autonomia do estudante e à sua postura como agente do próprio processo de aprender. É nesse contexto que ganham destaque as contribuições dos estudos sobre a autorregulação da aprendizagem, sustentados pela Teoria Social Cognitiva. Construído à luz dessa teoria, o produto educacional aqui apresentado se propõe a servir de ferramenta para o desenvolvimento de estratégias autorregulatórias que permitam aos estudantes, sobretudo aos que estão vivenciando a fase de transição do 5º para o 6º ano do Ensino Fundamental, enfrentar seus desafios de aprendizagem. No que se refere, especificamente, ao desenvolvimento da proficiência em leitura, o material objetiva ampliar o repertório de estratégias dos alunos, instrumentalizando-os para o exercício da autorregulação da compreensão leitora, a fim de contribuir para a formação do leitor independente, reflexivo e crítico. Criado e validado (por meio do processo de avaliação por pares) no contexto de uma pesquisa-ação que envolveu pesquisadores e professores da Educação Básica e que teve como ponto de partida as demandas das salas de aula, o material visa colaborar para a divulgação e compartilhamento de recursos que auxiliem o aluno a aprender. Ensinar a aprender de forma mais eficaz é investir no desenvolvimento do aluno autônomo que mobiliza pensamentos e sentimentos em prol de seus objetivos de aprendizagem e utiliza estratégias para buscar informações, compreendê-las e para construir, a partir delas, novos conhecimentos.

Palavras-chave: Aprendizagem. Compreensão leitora. Autorregulação da aprendizagem. Estratégias de aprendizagem.

Olá!

Sei que você não me conhece e eu também não sei nada sobre você, mas como eu adoro uma boa conversa, vou puxar logo assunto sem muitas cerimônias.

Quer dizer... Não precisamos de muuuuuuuitas cerimônias, mas um pouquinho precisa, né?! Senão fica parecendo falta de educação. Tem gente que sai tagarelando com os outros (tipo no ônibus ou na fila da cantina, sabe?) sem nem se apresentar ou querer saber se o outro está a fim de um papo...

Vou partir da ideia de que se você abriu esse livro é porque, por algum motivo, está querendo saber o que está escrito nele. Mas, antes de tudo, vou deixar claro que eu vou respeitar sua vontade, se não quiser ler.

Aprendi em uma aula de Português, na escola, que um dos primeiros e mais importantes direitos do leitor é o **direito de não ler!**

Dê uma olhadinha na próxima página, coloquei outros direitos do leitor para você ver!

Você sabe o que significa “inalienável”? Mesmo que não saiba, o que você acha que significa? Arrisque um palpite e confira a resposta* no fim da página!

Os direitos inalienáveis do leitor por Daniel Pennac

Ilustrações de Quentin Blake



1. O direito de não ler.



2. O direito de saltar páginas.

Vou guardar um
pedaço para
amanhã!



3. O direito de não acabar um livro.

De novo! De novo!



4. O direito de reler.



5. O direito de ler não importa o quê.



6. O direito de amar os “heróis” dos romances.



7. O direito de ler não importa onde.



8. O direito de saltar de livro em livro.



9. O direito de ler em voz alta.



10. O direito de não falar do que se leu.

*Resposta: “inalienável significa” aquilo que não se pode vender ou retirar”.

Fonte: http://2.bp.blogspot.com/-8B0smIGskGk/UMYenchcaHI/AAAAAAAAAbo/PS3Bq4w5WDo/s1600/Marcadores_Os+direitos+do+leitor.jpg

Então, se você não estiver a fim de continuar a conversa, pode fechar o livro agora e parar por aqui.



Esse espaço em branco é para representar aquela pausa para reflexão, que é tão importante a gente dar antes de tomar alguma decisão. O espaço é só para simbolizar mesmo, afinal, eu não seria abusada a ponto de limitar em linhas o tanto do tempo que você tem para pensar. Cada um tem seu tempo! E essa não é nenhuma situação que você precise tomar decisão rapidamente. Ah, e que fique claro que eu não estou dizendo também que você precisa “parar para refletir”. Eu sei que você é capaz de “refletir sem parar”! Reflexão é coisa para se fazer toda hora!

O que importa, na verdade, é deixar bem claro que eu não quero ser “inconveniente” (uma chata, para ser mais clara). Se não quiser conversar, vou compreender.

Isso mesmo... Pode abandonar esse livro num canto qualquer e deixá-lo empoeirado, entregue aos fungos numa estante ou gaveta que ninguém mexe, esquecido e ignorado para toda eternidade. Eu ficarei lá, numa solidão total... E você nem vai se lembrar de mim... A não ser que um dia esteja se sentindo só e ignorado. Aí você pensará: “*é... um dia alguém me deu a maior atenção, quis puxar um papo e eu nem liguei. Não quis nem saber quem era*”. Você tentará procurar o livro para saber de mim, mas as folhas, possivelmente, já estarão corroídas por traças e você não conseguirá ler minhas palavras...

Noooooooooooooossa... Apelei muito para o emocional agora, não foi?! Joguei pesado... Você pode até estar pensando: “*que pessoa dramática!*”, mas eu aposto que você já usou essa “técnica de convencimento pela sensibilização” em algum momento da sua vida! Veja bem, não estou defendendo chantagem emocional, só reconhecendo que ela é uma tática – nem sempre eficaz, tá? – que quase todos nós já usamos em algum momento da vida.

Chantagens e brincadeiras à parte, eu vou segurar um pouquinho a minha vontade de sair tagarelando sem parar (o que, por sinal, eu mesma disse que não era algo muito educado para se fazer) e dizer o que eu deveria ter dito na primeira página desse livro. O primeiro passo em uma conversa com

alguém que não se conhece é a apresentação. Pelo menos deveria ser.

Meu nome é Marcelle.

Marcelle Moreira.

Professora Marcelle Moreira.

Além de falar meu nome, eu gosto muito de falar meu sobrenome. Isso porque ele me faz lembrar as pessoas que eu amo.

A minha família é muito grande e muito unida. Temos até um grupão no *WhatsApp* chamado “Os Moreiras”.

Também gosto de colocar o “professora” antes do nome porque a minha profissão não é uma coisa qualquer na minha vida. Ela é algo muuuuito importante. Eu simplesmente **a-d-o-r-o** ser professora! Eu adoro aprender. E adoro ajudar as pessoas a aprenderem.

Nesses anos todos como professora eu conheci tanta gente legal! Alunos, colegas de trabalho, família dos alunos, família dos colegas de trabalho... Gente que me fez aprender tanta coisa que dá vontade de dividir os novos conhecimentos com mais pessoas.

Tem gente que guarda só para ela o que sabe. Eu não! Eu não tenho pena de sair dividindo o que eu sei (só não conto para ninguém se for um segredo, é claro!).

Não tenho pena nenhuma de repartir o conhecimento porque ele não é o tipo de coisa que você divide e fica com menos, como acontece nas contas de Matemática. Nas contas, as coisas funcionam mais ou menos assim:

Se você tivesse 10 lápis e quisesse dividir entre 3 pessoas (você e mais 2 amigos), como você faria?

Vitor, Pedro, olhem só: acabei de ganhar uma caixa com 10 lápis! Como eu não vou precisar de todos, quero dividir com vocês. Vocês querem???

Pô, *brigadão!* Eu tinha perdido o meu!

Valeu, *irmão!!!*

Só para deixar claro: não se preocupe, pois esse livro não vem com um monte de atividades de Matemática para você resolver!

(Mesmo porque, se o meu objetivo fosse testar seus conhecimentos em Matemática, eu não iria colocar uma “questão *molezinha*” como essa, não é???)

E aí? Já fez a conta de cabeça?

Se você é fera na Matemática, já deve ter chegado à conclusão que, depois da divisão, você vai ficar com 3... Vai dar 3 para cada amigo...



...e ainda vai ter que quebrar um lápis em três pedacinhos para não dar briga!

Viu? Tinha 10 antes e ficou com 3 e um “cotoquinho” de lápis depois de dividir...

E o pior: vai passar o mês todo escrevendo no caderno com o “cotoquinho” só para provar para os colegas da sala que você consegue escrever com lápis bem pequeno. Aí, quando você for pegar o caderno para revisar a matéria (você faz isso, *né?!*) vai descobrir que você a-cha-va que sabia escrever com lápis pequeno, mas não sabia coisa nenhuma! A cruel realidade ficará exposta ali, na sua frente: todo o esforço para anotar o que você ouvia de mais importante nas aulas terá ido por água abaixo (já que, com a letra praticamente ilegível, não vai dar para entender nada!). Está vendo? É um “efeito cascata”! Um fim trágico que começou numa divisão!

(Tudo bem... Vou tentar não exagerar no drama... Voltemos à explicação de como as coisas são nas contas de Matemática...)

Do mesmo jeito, imagine a seguinte situação: você tem 128 figurinhas e resolve dividir com mais 3 amigos... Você divide com eles. O que acontece? Eu te digo:

Você que tinha 128 figurinhas – isso era muita coisa! – passa a ficar só com 42! Eram 4 pessoas: uma com 128 e três com nada a oferecer. Depois da divisão, ficam 4 pessoas com 42 figurinhas cada. A pessoa que tinha muito e dividiu fica com bem menos do que tinha!

Esse tipo de problema não acontece com o conhecimento. Quando se trata de conhecimento, não existe gente que não tem nada para oferecer. A divisão, nesse caso, é soma, é compartilhamento. Tem até um texto que fala sobre isso. Pesquisei na internet para você ver:

“Se dois homens vêm andando por uma estrada, cada um com um pão, e, ao se encontrarem, trocarem os pães, cada um vai embora com um.

Se dois homens vêm andando por uma estrada, cada um com uma idéia, e, ao se encontrarem, trocarem as idéias, cada um vai embora com duas.”

(Tirei daqui: <http://pensador.uol.com.br/frase/NzQ1NjE/>)

Lindo, não é? Eu achei demais! Acredito mesmo que quando a gente compartilha ideias ou conhecimento, todo mundo sai ganhando e segue seu caminho com a bagagem bem mais cheia do que estava...

Não foi andando por uma estrada e trocando pães que eu cheguei a essa conclusão. Apesar de ter usado a internet para achar o texto para te mostrar, não foi em nenhum *blog* ou página que eu aprendi isso. Eu conheci esse texto quando eu era pequena e nunca me esqueci dele. Esse é um provérbio chinês, mas não foi nenhum amigo chinês (nem brasileiro filho de chinês) que me ensinou. Também nunca fiz viagem para a China. E não foram meus pais que me ensinaram. Então, como você acha que eu conheci esse provérbio???

Anhãaaaa, eu aprendi na escola! E é por essas e outras coisas que eu adoro esse lugar! Gosto tanto, que assim que concluí o Ensino Médio, resolvi estudar para ser professora: assim eu teria, por muitos anos, que continuar indo à escola!

Foi na escola que eu aprendi esse provérbio e foi lá também que eu aprendi que **o resultado de “128 dividido por 4” não é 42 coisa nenhuma! É 32, isso sim!**

Estou curiosa aqui tentando imaginar se você tinha reparado que a conta estava errada ou só viu agora! Não sei você, mas eu, sempre que posso, dou uma conferida para ver se as informações que estão me passando são verdadeiras ou não. Procuro em outros locais, pergunto para outras pessoas... E mesmo quando descubro que a informação está correta, não sinto que perdi tempo ao buscar em outras fontes, pois sempre acabo sabendo um pouco mais sobre um assunto quando pesquiso em outros lugares ou pergunto para outras pessoas. Você conferiu a conta assim que leu? Tem que conferir, ora! Não é porque está escrito em um livro que é verdade! Quem escreve

livro é gente. E gente pode se enganar (ou querer enganar, o que é bem pior!).

Ah, e vale a pena deixar outra dica: não pense que algo é verdade só porque foi dito por um professor! Os professores também podem errar. Aliás, parece que vocês, alunos, já sabem muito bem disso e adoram pegar erro de professor, não é verdade? A gente pede para vocês revisarem a redação e vocês não mudam um “s” no texto que escreveram, mas vai a gente escrever no quadro ou na folha faltando uma virgulazinha...

— *Tem um erro ali, professoooooor!*

É tanto aluno tentando falar primeiro para mostrar que é o mais rápido a encontrar o erro, que todos acabam falando ao mesmo tempo e a frase sai mais ensaiada que apresentação de coral. Algo de matar de inveja qualquer professor de música...

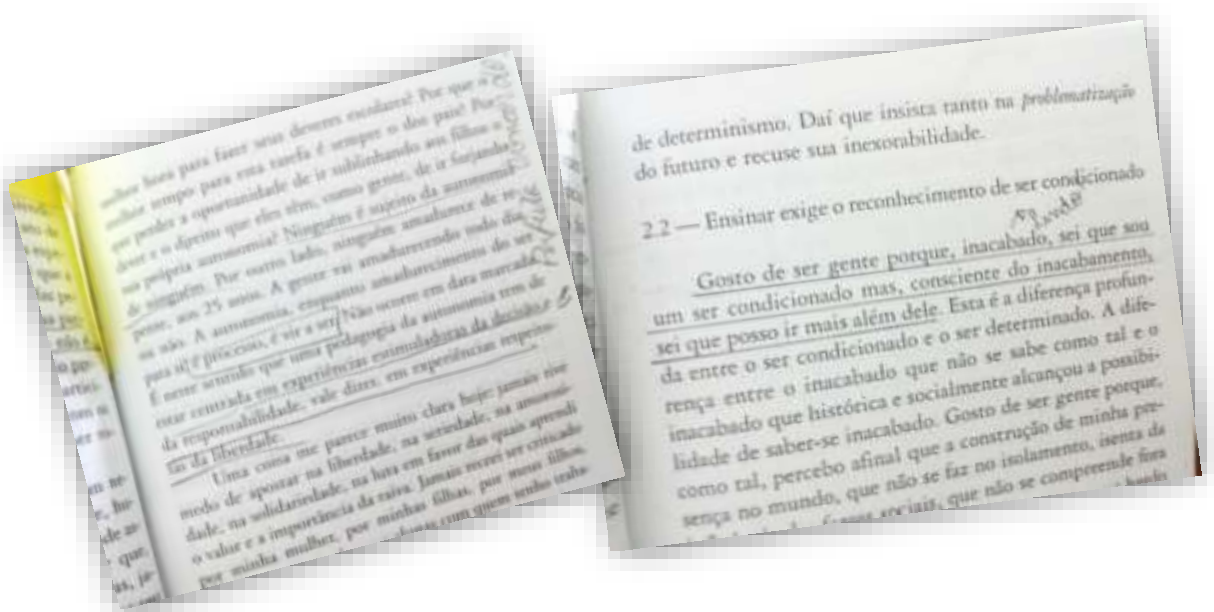
Se você percebeu que a conta estava errada antes de eu te avisar, deve ter ficado todo animadinho, não é? Não estou dizendo que eu não erro, mesmo porque, como eu acabei de falar, professor também erra. Mas dessa vez não foi erro, não. Foi só para ver se você estava ligado mesmo!

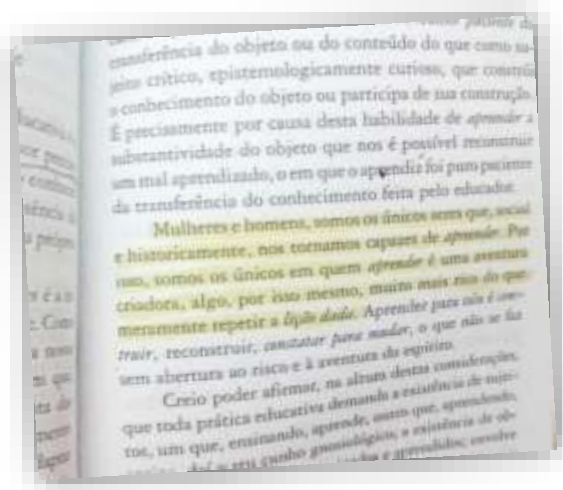
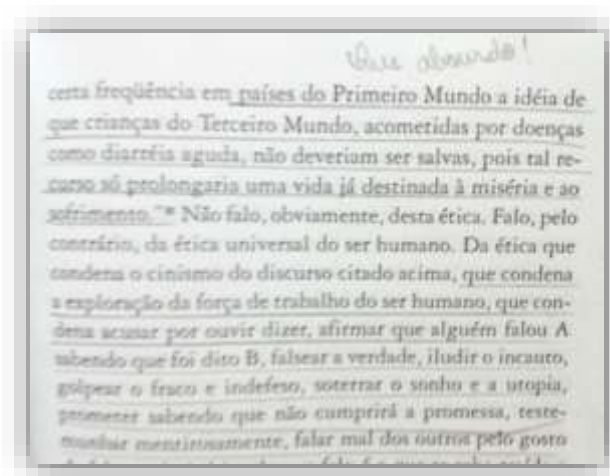
Aliás, se você puder, faça o favor de corrigir o erro para mim. Vai que “ $128 \div 4$ ” caia numa prova de Matemática... Aí, se você errar, vai querer pôr a culpa em mim...

O número 42 aparece duas vezes. É só riscar o 42 e colocar 32 no lugar. Está bem no início da página 11. Ah, aproveite e

risque os acentos da palavra “ideia” no texto que eu tirei da internet (está na mesma página). É que eu “copiei e coleí” do jeitinho que estava no *site*. Antes tinha acento nessa palavra, agora não tem mais... Então pode riscar, se quiser. Aliás, texto é para isso mesmo: para a gente riscar, fazer símbolos, sublinhar... É para marcar: deixar mesmo a nossa marca neles (já que eles deixam tantas marcas em nós!).

Eu sempre marco os textos e os livros que eu leio. Até converso com eles! Escrevo “Concordo!”, “Adorei!”, “Nossa, eu não tinha parado para pensar nisso!”. Só não dá para marcar aqueles que eu pego emprestado na biblioteca... Mas, os que são meus mesmo... Uso e abuso! Gosto muito de sublinhar as partes mais importantes ou as que eu mais gostei. Assim, quando eu quero reler ou procurar um trecho do livro, fica bem mais fácil. Essas marcações e anotações acabam me ajudando a achar os trechos que eu procuro (me ajudam até a lembrar com mais detalhes o que estava escrito). Olha como eles ficam:





(Essas fotos são de algumas páginas do primeiro livro que eu li na faculdade: "Pedagogia da Autonomia". O nome do escritor é Paulo... Paulo Freire.)

Viu? É uma ótima estratégia marcar o texto e fazer anotações. Assim fica bem mais fácil localizar as informações que a gente precisa. Às vezes até desenhos eu faço! É... Eu apelo para tudo quanto é lado: vale tudo na hora de **chamar atenção para aquilo que é mais importante**.

Gosto também de marcar as partes que mostram de forma mais resumida (ou mais simples de entender) o que o texto todo diz. Rer ler essas frases mais curtas e bem explicadas é bem mais fácil que rer ler tudo de novo...

Ter aprendido essas estratégias (de marcar o que é mais importante, de fazer desenhos, sublinhar e fazer anotações minhas) me ajudou muito!

Para ser sincera, é isso que me salva na hora de estudar! Essas estratégias representam a esperança de que tudo vai ficar bem!

Elas funcionam como *um bote inflável num grande mar de desespero...*

São como uma luz no fim do túnel...

São como o barulho do sinal do recreio quando você está numa aula que não gosta...

São como a visão da dupla “tomada e carregador” quando o celular só tem 1% de bateria...

São como...

Está bem, está bem... Parei. Você já entendeu: essas estratégias representam “a salvação” (especialmente quando você tem que estudar para uma prova ou localizar uma informação bem rápido).

Acontece que eu não nasci sabendo fazer isso, não...

Já “dei muita bobeira” antes de pôr em prática esses “truques” que me ajudam a aprender. Foi um loooooongo processo até eu **aprender a aprender melhor**. Foi, não... Na verdade “está sendo”, porque eu continuo descobrindo ou aprendendo novos “truques” até hoje.

Quando eu pego uns textos antigos é que eu vejo como eu mudei a minha forma de ler e estudar. Se você visse meus livros da época do Ensino Fundamental... Você iria achar que era uma foto da Sapucaí em pleno Carnaval, durante os desfiles das escolas de samba: tudo colorido! Até demais! Eu achava tudo tão importante que saía marcando o livro inteiro, não só as partes mais importantes de fato. Então, na hora de estudar, todas

aquelas cores só serviam para me deixar mais desesperada com tanta coisa para revisar! Eu entrava em pânico e acabava me desanimando... Afinal, era impossível reler antes da prova aquilo tudo que eu marcava! Só se eu fosse duas pessoas. E duas pessoas beeeem estudiosas. E duas pessoas beeeem estudiosas que não fizessem mais nada da vida além de estudar!

Como eu era só uma e adorava fazer um monte de outras coisas, eu tinha que arrumar logo um jeito de aprender a identificar as partes mais importantes do livro e aprender também a resumir aqueles textos grandes com as explicações das matérias que iam cair na prova...

Aprender a resumir não foi fácil!

Foi no Ensino Médio que eu aprendi a resumir. E o mais engraçado é que nem foi nas aulas de Português! Foi em uma aula de Física. Você sabe que matéria é essa? Bem, é como Ciências, porque estuda a natureza, mas é um pouquinho mais difícil... Na verdade, para mim, era beeeem difícil. Para mim e para quase todo mundo da minha turma.

(Fique tranquilo, você só estudará Física daqui a uns 5 anos!)

Eu não era muito boa nessa matéria, e por isso mesmo, era a que eu mais me dedicava.

(Eu penso assim: se eu sei que eu não sei muito sobre algum assunto que eu preciso saber, é exatamente sobre esse assunto que eu mais tenho que procurar saber, entendeu? Faz todo sentido, não faz?)

O professor era super gente boa. Dava para sentir que ele gostava da gente. E a turma toda gostava muito dele também. A gente via, pelo jeito que ele dava aula, o quanto ele queria que a gente aprendesse Física: ele fazia piadas relacionadas às matérias, fazia experiências na sala de aula e tentava nos convencer de que a Física estava no nosso dia a dia. A gente não acreditava muito nisso, mas fingia que acreditava.

Ele sim acreditava! Acreditava que Física estava em tudo e acreditava, sobretudo, na gente: sabia que a gente era capaz de entender tudo que ele explicava. Ele até torcia por mim, acredita?! Olha o que ele escreveu na minha camisa do uniforme, no último dia de aula, antes de sabermos os resultados das últimas provas:



Viu? Ele era gente boa mesmo! Falava a nossa língua (língua de aluno: o “alunês”). Falava e escrevia (não dava para imaginar, naquela época, ver um professor escrever “VC” em vez de “você”, mesmo se fosse em uma situação com essa, de escrever em camisa de aluno).

Para falar a verdade, professor nem escrevia em camisa de aluno! Essa era uma brincadeira nossa. Na escola, a gente tinha o costume de separar, ao final de cada ano, uma camisa do uniforme (a mais velhinha, que não dava para aproveitar no ano seguinte) para os amigos deixarem um recado. Guardo a minha até hoje com muito carinho. É uma ótima lembrança dos amigos. Escrever na camisa era coisa séria, só para os “melhores”, só para os “VIPS”. E o recadinho do professor de Física estava lá, marcando sua presença, e provando que ele ocupava um lugar mais que especial na nossa vida de estudante.

Acontece que o professor queridinho dos alunos resolveu aprontar uma com a gente: ele iria dar uma prova com consulta (como os outros professores do Ensino Médio) só que, em vez de abrir o jogo com os alunos, ele nos mandou estudar para uma avaliação sem consulta.

No dia da prova, ele disse que não queria ver ninguém olhando para a folha dos colegas e que não queria se aborrecer pegando alguém colando do livro. Então ele passou de mesa em mesa, distribuindo um micropapelzinho.

Ninguém entendeu nada. De repente, ele solta essa:

— *Bem, galerinha, como eu sei que todo mundo vai querer colar mesmo, vamos padronizar essa bagunça. Estão vendo esse papelzinho aí na mesa de vocês? Então... Essa é a **cola** de vocês. Vocês terão 10 minutos para escrever aí tudo que vocês acham que vão precisar saber na hora da prova. Anotem tudo, escondam o papelzinho e usem em caso de emergência. Mas já*

*vou avisando que só aceito **essa cola!** Se eu pegar outra, é zero na hora.*

N-O-S-S-A!!! Imagine a cara que a turma fez!!! Ninguém entendeu nada. Tivemos aquele clássico momento do “minuto de silêncio” para a ficha cair. A ficha não caía, mas o queixo de todo mundo já estava caído há um tempão e já era hora de partir para a ação. A gente não sabia se ria, se indicava um médico para o professor ou se corria para preencher o papelzinho.

Eu que não sou boba nem nada, abri desesperadamente o caderno e o livro e saí selecionando aquilo que iria colocar na cola.

Aquela era a minha grande chance! Eu nunca tinha conseguido colar. E não foi por falta de tentativa... É que, na verdade, eu só tentava colar quando me batia um desespero e me dava um “branco” na hora da prova.

Isso já aconteceu com você? Não é mesmo desesperador???

O pior é que, às vezes, eu sabia que sabia, mas parecia que meu cérebro tinha me deixado na mão na hora que eu mais precisava e apagado tudo que eu tinha registrado nele.

Eu pensava, então, que não seria tão desonesto olhar para o lado (táaa, na verdade, era olhar para prova ao lado!), ativar minha memória fotográfica e preencher aquele grande espaço vazio e branco do meu cérebro com uma “foto” da prova do colega. Era o que eu tentava fazer, mas nunca dava certo porque o mesmo desespero que me fazia tentar apelar para uma “olhadinha para o lado”, fazia meus olhos se encherem de

lágrimas. É isso mesmo! Eu começava a chorar! E as lágrimas embaçavam os meus olhos e aí eu não conseguia ler a prova do lado! Olha que situação! Era por isso que aquele momento de elaborar minha primeira cola foi um momento tão especial. Era minha chance de fazer algo que eu nunca tinha conseguido fazer antes!

Organizei meu tempo. Pensei em uma estratégia. **Planejei minha ação:** nos primeiros 5 minutos eu iria fazer uma setinha para indicar o que eu achava que tinha que entrar no papelzinho (como naquela época eu ainda marcava o texto todo, as marcações não me ajudavam muito). Depois destinaria os outros 5 minutos para copiar tudo para o bendito papel.

Em 3 minutos meu livro de Física já tinha tanta seta que mais parecia livro de autoescola –aqueles de educação para o trânsito, que ajuda o pessoal a aprender a dirigir. E aí o desespero bateu de novo. Colocar tudo que eu tinha marcado com seta naquele micropapelzinho era como tentar colocar toda a torcida do Flamengo na sala da minha casa para assistir ao jogo pela TV.

Era mais que óbvio que não iria dar certo. Ainda bem que **revi minha estratégia** a tempo e pude dedicar meus últimos 6 ou 7 minutos para pensar em outro jeito de preparar minha “cola autorizada”.

Pensei assim: primeiro decidi que eu não copiaria frases inteiras, que iria colocar só as palavras-chave (tipo as mais importantes); depois tentei me lembrar dos assuntos que senti

mais dificuldade na hora de estudar... Coloquei no papelzinho a parte da matéria que me deixava ainda um pouco insegura. E por último, dei uma olhada nos títulos de cada capítulo e tentei pensar nas dicas que eles me davam sobre o que era mais importante naquele trecho do livro. Ah, dei também uma olhada no meu caderno. Por sorte eu tinha muita coisa anotada lá.

Até hoje, sempre que assisto a uma aula, deixo meu caderno aberto para escrever o que eu penso sobre a matéria ou anotar outras informações que o professor fala e que não dá para encontrar em livro nenhum. Algumas vezes o professor fala algo que até está no livro, mas fala de forma diferente, com outras palavras, usando outra linguagem. Pois eu anoto tudo isso! O professor ou a professora passou anos estudando formas de a gente entender melhor alguma coisa e eu vou ser boba de não pegar a dica? Fique atento quando o professor, no meio da aula, falar algo assim:

— *Turma, guarde isso que é muito importante:*

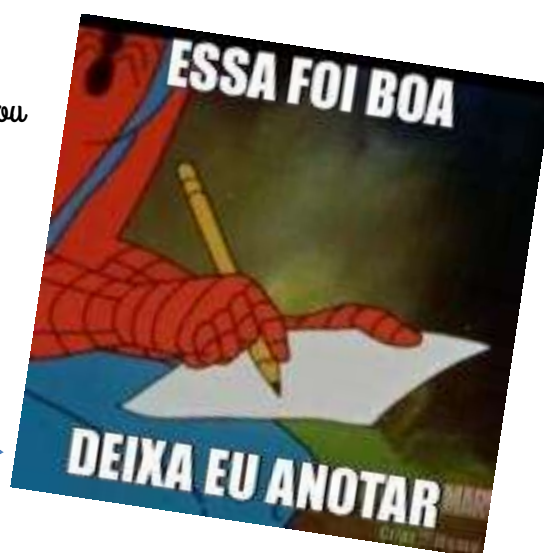
Saiba que depois de uma frase dessa vem uma outra com alguma informação valiosa, com 99, 9% de chances de cair numa prova. Então não dê bobeira e fique ligado! Anote! Não precisa anotar exatamente como ele falou, é só você prestar bastante atenção **e escrever do jeito que você entendeu**, só não deixe de **registrar!**

Depois de ler textos ou depois da aula, pense no que você entendeu de tudo que foi dito e anote no seu caderno. Anote o que você entendeu do jeito que vier na sua cabeça. É bom

também dar uma relida e “ajeitar” as frases para você conseguir entender depois.

Caderno serve para isso: para suas anotações pessoais sobre as matérias ficarem todas juntinhas, num mesmo lugar! Tem gente que pensa que ele serve só para copiar as coisas que o professor coloca no quadro, vê se pode?! Ainda bem que eu já fazia essas anotações! Essa “confeção de cola” serviu para me mostrar como esses registros eram importantes!

Essa dica de anotar o que a gente acha interessante ou importante (enfim, o que a gente quer “guardar” e não esquecer) é tão famosa que a frase “essa foi boa, deixa eu anotar” já virou até meme para você usar quando ler algo e gostar muito. Veja só!



(Memes são aquelas imagens ou vídeos que se espalham via internet.

Há vários memes com essa frase, esse aí você encontra em

http://www.criarmeme.com.br/baixar.php?meme=meme/meme-892-essa-foi-boa-deixa-eu-anotar.jpg&lb=img_meme

Bem, essa técnica deu certo pra mim e acabou me ajudando muito nesse dia: incluí algumas anotações do caderno e preenchi o papelzinho todo!!! Quase não tinha espaço em branco e a letra estava tão pequena... deixa eu ver se consigo explicar... *Ficou mais ou menos assim, só que com a letra que eu tinha naquela época.*

Agora, veja: você acredita que eu só precisei olhar para o papel uma vez??? Sério, eu estudei tanto achando que a prova era sem consulta que nem precisei consultar mesmo! Além disso, na hora de preparar o papel da cola, acabei revisando as partes mais importantes da matéria e ficou tudo “fresquinho” na minha memória! Então, a olhada nem contou como uma cola, porque eu não usei o papel para pegar nenhuma informação que eu não soubesse. Espiei a cola só mesmo na hora de revisar a prova, para conferir se eu não tinha escrito nenhum absurdo, se eu não tinha ferido nenhuma lei da Física (afinal, o que eu menos queria era escrever bobagem e fazer um físico-fantasma se “revirar no túmulo”! Cruz credo!).

A gente aprende com a gente

Não tirei nenhuma nota que me classificasse como o novo gênio da Física, mas, tirei uma nota boa e, o que é muito mais importante: fiz uma boa prova, percebi que eu entendi as perguntas e que não estava “boiando” tanto em Física quanto eu pensava.



É... O Prêmio Nobel de Física daquele ano não foi para mim! Injustiça? Talvez...

(Brincadeira, os três ganhadores - Zhores, Herbert e Jack - bem que mereceram!)

Hum... Você já ouviu falar no Prêmio Nobel? Vou deixar aqui uma dica e um desafio: se você estiver lendo ou estudando e, de repente, se deparar com alguma informação interessante sobre a qual você não sabe muita coisa, uma boa dica é **pesquisar mais sobre o assunto em outros materiais**. Se o Prêmio Nobel te interessou, você pode pesquisar mais sobre ele (na internet, por exemplo). Se você for se aventurar nessa pesquisa, deixo aqui um desafio: usando a dica dos nomes dos ganhadores do Nobel de Física daquele ano, descubra quando aconteceu a história da cola que eu te contei! Confira na folha seguinte a resposta**!

Essa experiência que agora até parece engraçada (mas que no dia, ali, ao vivo, me fez viver 10 minutos de “mini pânico”) me ajudou muito a estudar para as provas seguintes. Vi que eu sou super capaz de aprender mesmo as matérias mais difíceis.

Ah, e o mais legal: por não ter colado e ter feito a prova com meus próprios conhecimentos, pude ter uma ideia real do eu sabia e do que eu não sabia. Quando recebi a nota, reli toda a prova, vi as anotações que o professor tinha feito nela e segui o conselho do *profe*: refiz as questões que eu tinha errado e prestei muita atenção quando ele corrigiu a prova em aula, refazendo, “passo a passo”, cada questão. Pude ver quais assuntos eu precisava estudar mais e quais eu já tinha entendido bem. Acabei descobrindo também que nem é preciso colar nas provas. Basta encontrar uma boa forma de estudar...

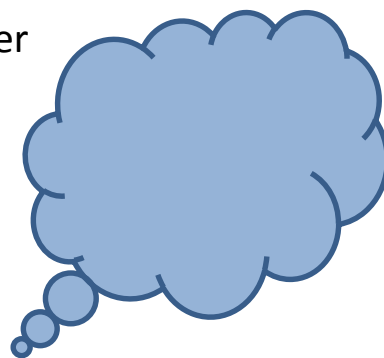
Depois dessa e de outras situações que eu passei, aprendi que é f-u-n-d-a-m-e-n-t-a-l sublinhar as partes mais importantes: facilita muito na hora de estudar. E tudo que é bom e dá certo, a gente quer continuar fazendo, não é verdade?

É por isso que hoje em dia, os meus textos ficam marcados e cheios de anotações como você pôde ver na foto que eu te mostrei antes. Eu fui aprendendo essas estratégias com as minhas próprias experiências. Quando estou lendo um texto que sei que vou precisar revê-lo antes de alguma avaliação, penso: “que partes eu colocaria em um papelzinho de cola?” Sério! Aí marco o que eu achar “digno” de estar no papel (mas eu não uso a cola de verdade, tá? Que isso fique claro!).

**Resposta de desafio de página anterior: o fato que eu comentei (sobre o papelzinho) ocorreu no ano 2000.

Às vezes eu escrevo, no final de cada texto ou capítulo de algum livro que eu leio, o que eu entendi daquilo que eu li. Escrevo do meu jeito, com as minhas próprias palavras. Quando a gente tem pouco tempo e muita coisa para estudar é bem melhor reler um “resumo” do que o texto todo de novo. Mesmo nesses casos, a ideia de lembrar do papelzinho me ajuda. Quem sabe essa ideia pode te ajudar também?

Tenho certeza que você já deve ter aprendido algo com você mesmo. Dê uma procurada aí nas suas memórias: você se lembra de alguma situação que tenha passado que te ajudou a descobrir uma estratégia nova para estudar ou para aprender melhor?



Mesmo se em um primeiro momento você não se lembrar de nenhuma situação, não desista... Espere um pouco antes de ler o próximo parágrafo. Pode acreditar que você já aprendeu algo com a sua experiência como aluno!

Bem, se você conseguiu se lembrar de alguma situação, já deve ter se convencido de que as nossas experiências podem modificar o nosso modo de estudar. Mas eu tenho certeza de que você ainda pode aprender muito mais com você mesmo! Quer saber como? **Se estudando!**

É isso mesmo, você não entendeu errado, não. Você estuda Português, Matemática, História, Geografia e um monte de outras matérias. Mas para descobrir como aprender melhor

sobre esses assuntos e muitos outros, nada melhor do que estudar você mesmo!

E como você pode fazer isso? De várias formas, ora! Mas vou deixar algumas propostas aqui: faça experiências e testes com você mesmo e experimente diferentes formas de estudar. Aí você pode descobrir quais delas funcionam melhor para você! Quer tentar? Vamos lá! Vamos começar!



Eu te proponho um desafio: iniciar uma investigação! Uma investigação sobre você e sua forma de estudar... Com objetivos bem claros: **descobrir como você estuda, pensar se você está satisfeito com sua forma de estudar e descobrir, através de algumas experiências, outras formas de estudar que podem dar certo para você.** Que tal? Você topa o desafio?

Essas pesquisas não são daquelas que dá pra fazer em 5 minutos. São pesquisas cuidadosas, demoradas. Trabalho de investigador-cientista mesmo! Eu vou deixar aqui algumas propostas de experiências para você fazer. É como um desafio.



E se você pensar em outras experimentações que te ajudem a saber mais sobre você e sua forma de aprender, pode mandar ver!

Começando a investigação.



O primeiro passo para a gente descobrir mais sobre a gente mesmo é parar para nos olhar, é observar nossa forma de agir...

Até agora eu falei um monte de coisas sobre mim. Agora é a sua vez! Vamos lá? Comece completando a ficha abaixo com informações sobre **você**.

Nome:

Idade:

Coisas que você gosta de fazer no seu tempo livre:

Coisas que você faz porque precisa fazer (suas obrigações):

Hum... Muito bom... Vamos continuar investigando...

Além de observar, é importantíssimo pensar sobre o que que observamos. Veja as anotações que você acabou de fazer e registre aqui suas reflexões:

- *Você sente que tem tempo livre suficiente para fazer as coisas que gosta?*

- *Há alguma coisa que você gostaria muito de fazer, mas não faz por falta de tempo ou por qualquer outro motivo? Que atividades você faria se tivesse mais tempo?*

- Você sente que tem poucas ou muitas obrigações?

- Há algum item na sua lista de obrigações que você goste muito de fazer? (Algo que apesar de ser uma obrigação, você não ache chato de fazer...)

- Entre as suas obrigações, há alguma coisa que você não goste mesmo de fazer ou que ache muito difícil? O quê?

- Que tarefas da sua lista de obrigações você acha mais fáceis de cumprir?

- Você consegue dar conta das suas obrigações? Ou seja, você consegue, durante a semana, fazer todas as coisas que você precisa fazer?

- Você sente que cumpre bem suas obrigações? Ou seja, além de conseguir fazer, você sente que faz de forma correta?

- Você consegue se lembrar de fazer suas obrigações ou precisa que alguém te ajude a lembrar? (Alguém fica cobrando que você cumpra as suas tarefas?)

Agora, vou propor a você algumas experiências:

- Antes de fazer o que você gosta, tente fazer logo as suas obrigações. Verifique se, cumprindo essas tarefas antes, você consegue curtir mais à vontade as atividades de lazer, sem ter ninguém no seu pé te cobrando nada.
- Nos momentos em que você estiver com preguiça para começar a fazer suas tarefas, comece por uma que não seja tão difícil ou que você goste um pouco mais. Veja se isso funciona como um “aquecimento” para atividades mais “chatas”.
- Tente, por uma semana, fazer as suas atividades com dedicação, se concentrando bem no que estiver fazendo. Veja se, aumentando a atenção, você consegue cumprir mais rápido e melhor as suas tarefas. Se isso acontecer, aproveite o tempo que sobrar para incluir no seu dia atividades que você sempre quis fazer, mas não tinha tempo!

(Às vezes, a gente fica “enrolando” tanto para cumprir uma tarefa, que isso acaba tomando mais tempo o que o necessário e aí, não sobra tempo para as atividades mais legais.)

Todos nós temos algumas obrigações. Algumas coisas não gostamos muito de fazer, mas precisamos, **temos** que fazer... Por exemplo: eu acho que tomar banho no calor é uma delícia, mas no frio... Não sei, não... Ainda mais se a água não estiver numa temperatura boa... Tomo banho porque eu tenho que

tomar mesmo (eu não gosto de ficar suja, tá?! Que isso fique beeeem claro!!!).

Outro exemplo é o meu quarto: eu adoro ver tudo limpinho, bem arrumado. Quando está tudo no lugar eu não tenho que perder horas procurando as coisas que eu preciso. Só que... Gosto de estar num quarto arrumadinho, mas não gosto nem um pouco de arrumar (só se for com uma música maneira de fundo... aí até que dá para encarar a tarefa...)! Mas arrumo, afinal, não dá para viver na bagunça!

A mesma coisa acontece com os estudos... Como eu disse logo no início desse livro, eu adoro aprender coisas novas. E adoro mesmo! Eu não menti. Mas vou confessar a você uma coisa (e vou colocar bem pequenininho porque é um segredo, afinal, não pega bem uma professora falar isso): gosto de **aprender**, mas nem sempre gosto de **estudar**!

Estudar = aprender?

Não sei se você pensa o mesmo, mas eu acho que **estudar** e **aprender** são coisas bem diferentes... O que você pensa sobre isso?

Para você, estudar e aprender são a mesma coisa?

Sim

Não

Para você, o que é estudar?

Para você, o que é aprender?

Será que as outras pessoas também pensam assim? Eu já disse que acho que estudar e aprender são coisas diferentes. Você também já colocou sua opinião. Agora, faça essa mesma pergunta para outras duas pessoas.

Pode ser um colega de sala, algum professor ou outro funcionário da escola. Também pode ser alguém da sua família e até vizinho serve! Pergunte a eles se eles acham que estudar e aprender são a mesma coisa ou são coisas diferentes. E aproveite e faça as outras duas perguntinhas para depois você comparar com o que você escreveu: pergunte **o que é estudar** e **o que é aprender** na visão deles.




E aí? O que eles disseram? Ainda não perguntou? Ora, se não perguntou não continue a leitura do livro! Esse é um desafio para agora. Se não tiver ninguém por perto para ser o “entrevistado”, pode até telefonar para pessoa. Mas não vale deixar para depois, não! **Essa coisa de ficar deixando tudo para fazer outra hora não costuma dar muito certo, não...** A gente acaba esquecendo e não fazendo mesmo. Vamos lá!

Mas se você realmente não tiver como fazer a tarefa agora (todo mundo foi abduzido para outro planeta, você está sem telefone ou perdido numa ilha deserta e só tem esse livro, um lápis e uma garrafa d’água para sobreviver), até pode deixar para depois, mas anote em um papelzinho ou na agenda para não esquecer de perguntar para as duas pessoas o que foi pedido, viu? Não enrole e vá deixando para depois não, hein!

Se você já perguntou, reflita:

- *Os dois entrevistados pensam o mesmo que você a respeito da diferença entre aprender e estudar?*
- *Depois de ouvir outras opiniões, você mudou de visão? Releia o que você escreveu sobre o que é aprender e o que é estudar e veja se você ainda pensa da mesma forma.*

 Se as opiniões das outras pessoas te levaram a pensar de um jeito diferente do que você havia pensado antes, você pode mudar, reescrever ou completar o que você escreveu nas páginas 32 e 33. Isso é bem comum de acontecer: às vezes a gente ouve outras opiniões, concorda com elas e acaba transformando a nossa.

Agora que você já parou para pensar no que é estudar e o que é aprender, me responda:

- *Você estuda? Que horas?*

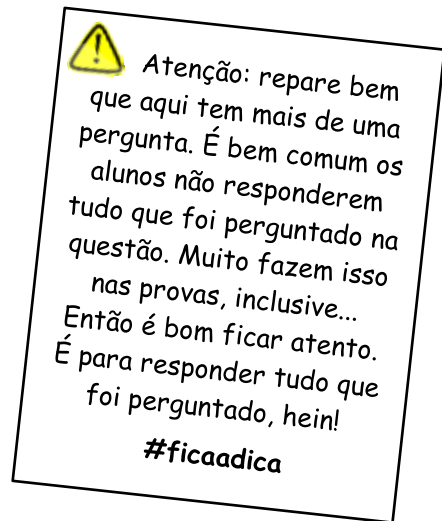
- *Quando você estuda, sente que aprende aquilo que está estudando?*

- *Você consegue perceber quando não aprende alguma coisa que estudou?*

- *O que você faz quando estuda algo, mas sente que não aprendeu?*

- *Que matérias você aprende com mais facilidade?*

- *Que matérias você sente mais dificuldades para aprender?*



Ufa! Quanta pergunta! Mas, olha, esse livro é um bate-papo... Você pensou que só eu que iria ficar falando??? Além de ser um bate-papo, esse livro é um bate-papo sobre estudar... É por isso que eu estou fazendo tantas perguntas sobre esse assunto! Estudar não é tarefa fácil e nem um assunto simples. Nem um pouco! Muita gente não tem clareza do que significa a palavra estudar... E assim fica mais difícil colocar esse verbo em ação, não é mesmo?

Outro dia, assisti a um vídeo de um professor chamado Pierluigi Piazzini. Não é um nome brasileiro, por isso é tão diferente dos nomes que a gente costuma ver por aqui. Esse professor nasceu na Itália. Ele nasceu lá, mas dá aulas aqui, no Brasil. No vídeo, o professor contava uma situação que ele mesmo tinha passado. Era mais ou menos assim:

Ele estava conversando com uma mulher. A mulher contava que a filha era muito estudiosa. O professor perguntou que horas a filha costumava estudar e a mulher respondeu que a menina **estudava de manhã**.

Na mesma hora, ele concluiu:

– Ah, então ela tem aula à tarde!

A mulher corrigiu o professor:

– Não, ela estuda de manhã!

O professor foi confirmando a sua lógica:

– Então... Se ela estuda de manhã, tem aula à tarde!

A mulher já estava ficando irritada por causa da falta de compreensão do professor:

– Acho que o senhor não está entendendo... Minha filha pega bem cedo na escola...

– Ah, agora entendi, então ela tem aula de manhã!

– Isso!

– E estuda à tarde...

– Não!!!

O professor, para evitar que a conversa virasse uma discussão, se despediu e foi embora... Mas levou na cabeça a dúvida: "Ora, que horas ela estuda, então???"

Essa falta de entendimento entre a mulher e o professor tem uma explicação: os dois têm ideias bem diferentes do que seja estudar.

Para a mulher, "estudar" e "ter aula" são a mesma coisa. Já para o professor, estudar é diferente de ter aula na escola.

E você, já tinha parado para pensar nisso? Você acha que "estudar" e "ter aula" são a mesma coisa? Pare um pouco para refletir sobre a conversa entre a mulher e o professor e registre suas conclusões. Se você quiser, pode conversar com outras pessoas sobre isso também.

Para mim, estudar é...

Para mim, ter aula é...

Uma vez, um jornal publicou uma entrevista com esse professor – o Pierluigi Piazzini. Dê uma olhadinha na manchete:



Imagem completa disponível em
<http://7minutos.com.br/2015/09/voce-sabe-a-diferenca-entre-aluno-e-estudante/>

Veja que interessante! Além de achar que estudar é diferente de ter aula, o professor Pierluigi percebeu que muita gente, infelizmente, não tem o hábito de estudar. Isso é uma pena. Para ele, o estudo é fundamental para a gente aprender melhor.

E eu concordo com ele. Acho, inclusive, que a gente não precisa se contentar só com o que a gente vê na escola, não!

Além aprofundar os assuntos tratados nas aulas, a gente pode, através do estudo, aprender muitas outras coisas legais! Tem tanto assunto interessante nesse mundo para gente estudar, para que ficar estudando só sobre o que a escola fala, não é mesmo?

Por que não estudar sobre a história do seu herói favorito e descobrir como e por quem ele foi criado?! Por que não estudar as principais jogadas do time que você torce?! Como será que se cria um jogo de videogame?! Será que seu brinquedo ou brincadeira favorita são conhecidos em outros países do mundo?! E estudar sobre robôs, dá?! Dá também! Dá para estudar isso tudo e muito mais! Dá para estudar sobre o que você quiser!

Você não precisa estudar só as matérias da escola, não. Mas, se na escola também são ensinados assuntos muito importantes, é preciso estudar sobre eles também. Quando você estuda em casa o que já foi falado na escola, você aprende muuuuuuito mais!

→ Bem, nem sempre a gente consegue ver a importância de tudo que é ensinado nas aulas, não é mesmo? Sempre que isso acontece comigo eu peço ajuda a alguém. Você pode experimentar fazer o mesmo. Pode tentar tirar suas dúvidas com seus professores. Peça que eles te ajudem a compreender o porquê de estar conversando sobre aquele determinado assunto. É muito difícil (e chato!) ficar tentando aprender algo que a gente não vê sentido nenhum em aprender! Normalmente os professores gostam bastante daquilo que estão ensinando (se não gostassem, não escolheriam ser professores daquela matéria, não é?!) e, se eles gostam tanto, possivelmente conseguem enxergar a importância do assunto... Que tal conversar com eles? #ficaadica

Agora eu tenho mais um pedido a fazer... Volte lá na página 35 e releia o que você escreveu quando respondeu à primeira pergunta. Depois de toda essa conversa sobre a diferença entre estudar e ter aula, eu vou fazer a pergunta novamente. Veja se sua resposta continua a mesma.

- *Você estuda?*

Assistir = participar?

Engraçado, falando sobre essas diferenças entre estudar e ter aula, fiquei aqui pensando em outra coisa... Você acha que **assistir** à aula é o mesmo que **participar** da aula? Registre aqui a sua opinião.

Para mim, *assistir à aula* significa...

Para mim, *participar da aula* significa...

Fico pensando na palavra “assistir”, sabe? Ela lembra algo parecido com “ficar sentado no sofá, parado, assistindo à televisão”. Se uma pessoa me diz que **assistiu** a uma peça de teatro, por exemplo, eu entendo uma coisa. Agora se ela fala que **participou** de uma peça de teatro, eu entendo algo bem diferente... Assistir, para mim, é ficar lá na plateia. Já participar, para mim, é **fazer parte** da peça.

→ *Eu adoro vôlei!!*

Se eu estou jogando vôlei com os meus amigos e alguém diz assim: “*posso participar?*” e eu respondo “*claro!*”, eu tenho certeza de que a pessoa não vai querer ficar de fora, assistindo. Ela vai entrar no jogo, ora!

Em relação às aulas, penso assim também...

Assistir é ficar lá, “paradão”, ouvindo o professor falar (e olha que tem gente que nem isso faz! Não consegue ficar um minutinho escutando, fica tagarelando durante a aula toda...).

Agora participar... Ah, participar, para mim, é **ouvir, é tirar dúvida, prestar atenção, tentar entender, perguntar, fazer as atividades, opinar, lembrar do que a gente já sabe sobre o assunto que está sendo falado na aula...** É se envolver, sabe? Lógico que há momentos em que a gente precisa ficar quieto, calado, parado para ouvir o que os professores e os colegas falam... Mas é deixar só o corpo parado, mas a cabeça funcionando, tentando entender tudo! Aula não é o tipo de coisa que o professor dá e o aluno recebe. O professor e os alunos fazem a aula juntos!

Eu acho que não tem nada pior para um professor do que se sentir sozinho na sala! Ele sabe que não está sozinho de verdade, afinal, há pelo menos umas 30 crianças presentes. Mas ele sabe também que, algumas vezes, somente os corpos estão ali... A mente, que já estava de passagem comprada desde a entrada na escola, já está de viagem por algum lugar bem distante ou foi abduzida e só voltará quando faltar 5 minutos para o intervalo do recreio!

Às vezes chego na escola *animadona* para aula, cheia de coisas legais para compartilhar, *doidinha* para ouvir o que os meus alunos têm a dizer... Começo a ver que a animação contagia a turma e todos parecem bem interessados, envolvidos, prestando atenção, bem ligados no que está sendo discutido... Olho para a turma e vejo aquela cena l-i-n-d-a: um aluno sorridente, com os olhos brilhando, acenando com a mão para avisar que quer falar algo, fazer uma observação.

“Oba!”, vou logo pensando...
“Agora a aula vai ficar boa de verdade!”.



A turma faz silêncio para ouvir o que o colega vai falar. A aula parece se tornar ainda mais interessante!

E, então, o que ele diz????

Você já deve imaginar ...

— *Professoraaaaa, posso ir ao banheiro?*

(E a criatura ainda pergunta isso com uma empolgação de dar inveja em qualquer animador de festa infantil!)

O meu sorriso se desfaz no mesmo instante. É impossível disfarçar a cara de decepção total. Acaba escapando da boca:

— Ai, meu Deus...

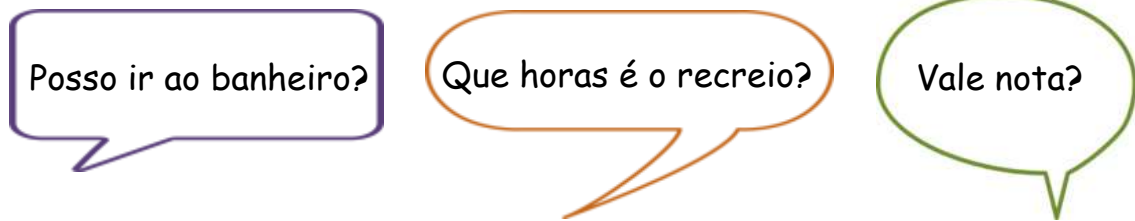
Até o resto da turma me apoia nessa hora:

— *Ahhhhh, não acredito, Matheus!*

— *Não posso, professora? Ah, deixa. Eu tô muito apertado.*

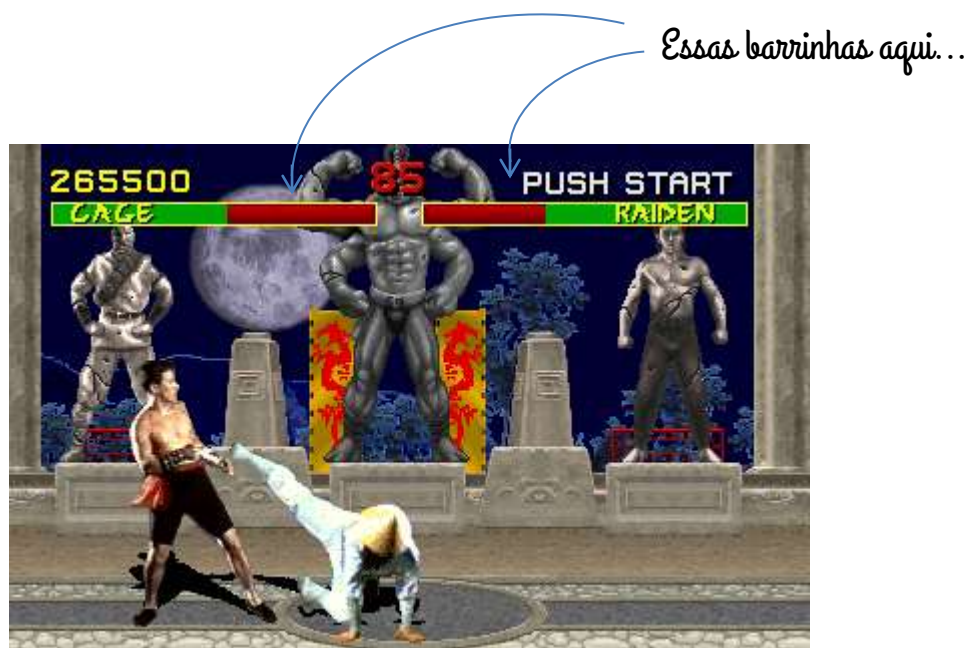
— Não... Quer dizer... Sim! Pode. Sempre pode. O que não pode é parar aula para perguntar isso. Nem tudo você precisa pedir, Matheus. É só analisar bem a situação e perguntar para você mesmo: você está apertado? Sim. Tem mais alguém fora da sala? Não. Está em um momento importante da aula? Sim. Mas você consegue segurar a vontade de ir ao banheiro? Não. Então, vá, ora! Se aguentar um pouco mais, espere até um momento menos “caloroso” da aula! Só não precisa jogar esse balde de água fria na professora... Se eu recebo esse balde de água fria, no “calor” da aula, o que acontece?! Choque térmico, na certa! Atrapalha bem mais parar a aula para fazer esse tipo de pergunta, do que sair discretamente para ir ao banheiro. Ir ao banheiro é uma necessidade do nosso corpo... Não sou eu que tenho que deixar ou não... Essa é uma decisão sua.

Pode acreditar que toda vez que, no meio da aula, um professor escuta...



... ele chora quietinho por dentro!

Não sei se você gosta de jogar videogame e conhece muitos jogos, mas sabe aquelas barrinhas de energia que aparecem nos jogos de luta?



https://pt.wikipedia.org/wiki/Mortal_Kombat

Elas representam a quantidade de energia e força de cada lutador (a parte verde) e também o quanto de energia o jogador perdeu a cada golpe recebido (parte vermelha).

No início da luta, as barrinhas ficam bem verdinhas. Isso também acontece com os professores. Nós também temos nossa “barrinha invisível” que, no início da aula (ou do ano), geralmente está cheia, representando a nossa energia, paciência e disposição para viver aquele momento com vocês, alunos. Mas a cada minuto de aula perdido com situações que não são importantes para aprendizagem da turma, um pouco dessa energia toda vai embora.

Cada “*professora, ele pegou a minha borracha*” ou “*não fiz o dever de casa*”, é um golpe!

Acontece que, nos jogos, se o lutador ficar um certo tempo sem receber golpes, essa energia vai se recuperando aos pouquinhos... Mas na sala, às vezes, nem dá tempo de o professor recarregar suas energias: depois de um “*posso ir ao banheiro?*” vem logo, de outro aluno, um “*não trouxe o caderno, nem o livro, nem a agenda*”. E se a gente escuta um “*Ué, hoje tem prova? Eu nem sabia!*”, aí é que a barrinha fica vermelha de vez! É um *fatality*, uma finalização! *Game over!*

Tudo bem que os professores também fazem a barrinha dos alunos diminuírem de vez em quando...

Certa vez, durante uma aula, eu estava novamente parando a explicação de uma matéria para conversar sobre essa mania que os alunos têm de interromper a aula para pedir para ir ao banheiro. Se tem coisa pior que escutar aluno pedindo para ir ao banheiro é escutar a criança te dando detalhes do que quer fazer no banheiro:

— Professora, posso fazer cocô?

— Pense bem! Eu não preciso (nem mereço!) saber disso, não é verdade? Aliás, ninguém precisa (talvez só o seu médico, se você tiver problemas com prisão de ventre...) e “ninguém merece”!

→ Essa parte entre parênteses eu só pensei, mas não falei...

Eu vivo dizendo para os alunos que eles devem falar a verdade. Até lemos em sala uma história que ensinava que a gente não deve mentir porque “quando o mentiroso fala a verdade ninguém acredita”. Você conhece uma fábula que tenha essa moral? Se não conhece, dê uma pesquisada ou pergunte para alguma pessoa. Certamente, alguém te contará. Essa é uma história bem conhecida.

A gente já tinha lido a fábula, mas, depois dessa de ouvir “*posso fazer cocô?*”, vi que a gente precisava conversar um pouco mais sobre o assunto... Peguei um livro na biblioteca: “*Sapos não andam de skate: novas fábulas com novas morais*”, do Jon Scieszka. No livro havia uma história de uma morsinha que sempre ouvia da mãe que se ela não dissesse a verdade, levaria uma bronca. Um dia, alguém telefonou para a casa da morsinha querendo falar com a sua mãe. Seguindo as recomendações de falar a verdade, a filha disse: “*minha mãe não está. Ela foi depilar o bigode!*”.

Esse livro é o maior barato! Se você ficou com vontade de ler as outras fábulas ou curioso para saber mais detalhes sobre o livro é só entrar no site da editora:

<http://www.companhiadasletras.com.br/detalhe.php?codigo=40146>

Mesmo tendo dito a verdade, a morsinha levou uma baita bronca... Mas aprendeu a lição: a gente deve sempre dizer a verdade, mas se a nossa mãe for depilar o bigode, é melhor não entrar em detalhes!!!

Os meus alunos ouviram a história, mas continuaram com a mania de contar para a professora (e, de quebra, para toda a turma) detalhes do que iriam fazer no banheiro...

Naquele mesmo dia, depois de usar o precioso tempo da aula para ensinar (pela milionésima vez) que não era preciso dizer se a ida ao banheiro era para fazer xixi ou cocô, resolvi voltar ao assunto inicial da aula (aquela era para ser uma aula de Matemática)...

Os alunos começaram a fazer as atividades. Eu já tinha combinado que iria chamar algumas crianças para fazer a correção no quadro. Sentei, aguardando que todos terminassem.

De repente, um aluno levanta, vai até a minha mesa e fala, bem baixinho:

— *Quero fazer “o número dois”...*

NÃO ERA POSSÍVEL!!! Eu tinha acabado de dizer que não era para dar detalhes do que queria fazer no banheiro. Me recusei a explicar só para um aluno. Pedi que ele se sentasse e reclamei com toda turma, novamente (na hora, a barra de energia ficou por um fio).

— PAREM TUDO!!! Não é possível que a gente tenha que dizer a mesma coisa um milhão de vezes... Eu já falei e vou repetir: não tenho curiosidade de saber se você vai ao banheiro para fazer “o número um” ou “o número dois”. Não precisa me dizer, entenderam? E parem com essa mania de ficar chamando xixi de “número um” e cocô de “número dois”. Que bobeira!

Só que não parou por aí... Caprichei no discurso e passei uns 5 minutos falando e mais 5 minutos repetindo, como um papagaio, tudo que eu já tinha dito.

O aluno que tinha feito o comentário continuava aguardando pacientemente o término da bronca.

Já cansada, com a barra de energia zerada, sentei na cadeira e dei aquele suspiro profundo, disposta a não tocar mais no assunto. Para piorar tudo, finalizei com a infeliz frase:

— Quero ouvir silêncio!

A turma ameaçou uma risada, mas os alunos viram que era melhor continuar com o mesmo silêncio absoluto que estavam fazendo na hora em que eu tinha começado a “dar a bronca”. Todo mundo ficou bem quietinho. Dava para ouvir até o barulhinho ar-condicionado...

Dava para ouvir também o barulho que vinha das outras salas e do corredor. Alguns alunos estavam percebendo pela primeira vez como a escola era barulhenta!



Dentro de sala, no entanto, o clima era outro: era tanto silêncio naquele momento que deu para eu ouvir com clareza uma única voz, bem baixinha. Era alguém comentando com um colega:

— Ah, eu queria tanto fazer o número dois! Eu adoro responder no quadro e acho que iria acertar esse segundo desafio...

Eu ouvi. A turma toda ouviu. E ficamos todos parados olhando uns para os outros... Fui percebendo o verdadeiro “mico” que eu tinha acabado de pagar! Levantei, completamente sem graça:

— Você queria fazer o **desafio** número dois??

A turma caiu na gargalhada. Coloquei as mãos no rosto de tanta vergonha, mas acabei sendo contagiada pelas risadas. Chorei de rir.

Pedi desculpas ao aluno pelo mal entendido e, para toda a turma, pela bronca desnecessária.

— “Não esquentá”, não, professora! Vamos corrigir logo que eu estou doido para saber se eu acertei!!!

Enfim, na hora da correção, o aluno foi ao quadro, todo empolgado, para fazer o número dois! Esse gostava de participar da aula!!!

(E como sempre participava, acertou o desafio!)

#eunaaula

Aquele aluno gostava muito de participar das aulas. Agora, me diga... E você?

- *Você acha que participa das aulas?*

- *Como você participa?*

- *Você se considera um aluno participativo (que participa bastante)?*

- *Você participa de forma diferente, dependendo da matéria que está sendo estudada na aula?*

- *Em quais aulas você participa mais e em quais participa menos?*

Participo mais das aulas de:

Participo menos nas aulas de:

Faça uma reflexão sobre como você age durante as aulas. Se você quiser, pergunte também para alguns colegas de sala como eles percebem suas atitudes durante as aulas (o que eles mais veem você fazer...). Mas, atenção: se você decidir perguntar, esteja aberto para uma opinião sincera, viu? Se você sente que não está muito preparado para receber uma crítica, pode começar perguntando para um amigo mais chegado, deixando claro que você gostaria que ele falasse alguns pontos positivos e outros negativos em relação a sua forma de agir durante as aulas.

Pode ser uma experiência interessante parar para ouvir a percepção dos seus colegas. Não sei se algum dia isto já aconteceu com você, mas sabe quando você volta do recreio com alguma sujeirinha no dente e alguém te avisa? Na hora bate uma vergonhazinha, mas, no fim das contas, você sabe que é bem melhor alguém te avisar logo (especialmente se for um amigo bem próximo). Aí você pode dar um pulinho no banheiro e escovar melhor, passar o fio dental, ou sei lá, fazer qualquer coisa para evitar o “micão” de ficar “desfilando” na escola com sujeirinha no dente! Quando um amigo te avisa sobre algo que não é legal e que você não estava percebendo sozinho, você tem a oportunidade de melhorar.

Dê uma olhadinha também na imagem da próxima folha e reflita: em relação às atitudes, com qual aluno (ou com quais alunos) você se parece? Com quais você se identifica? Você não precisa registrar, mas, se quiser, pode circular os alunos que mais refletem você durante as aulas. O importante é que, antes de

continuar respondendo às minhas próximas perguntas, você dedique um bom tempo para essa reflexão.

Quem é você na sala?



http://www.mixmartins.com/2011_03_01_archive.html

E aí, pensou bastante sobre em como você age durante as aulas?! Bem, agora, diga:

- *Você acha que a forma como você age durante as aulas te ajuda a aprender os conteúdos das matérias da escola? Por quê?*

Coisas que eu faço durante as aulas que me ajudam a aprender:

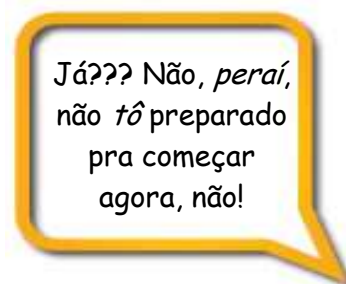
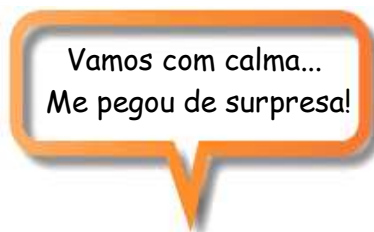
Coisas que eu faço em sala que eu acho que prejudicam ou dificultam a minha aprendizagem sobre o assunto tratado na aula:

- Você sente que é necessário mudar algumas de suas atitudes para você aprender melhor? Você sente que precisa melhorar a forma como você age durante as aulas?
-

- Que atitudes você acha que deve melhorar? O que você pode fazer para melhorar sua aprendizagem?
-
-
-

- Você se sente capaz de mudar as atitudes que prejudicam sua aprendizagem?
-

Hora de estudar!



Calma, eu não vou falar para você abrir um livro de Português ou História e começar a estudar agora, não... Escrevi "Hora de estudar!" porque quero conversar com você sobre o horário que você estuda.

- *Em casa, você reserva um horário específico para estudar? Se sim, que horas você costuma estudar e por quanto tempo?*

Você já parou para pensar na forma como usa seu tempo? Para continuar essa investigação sobre você mesmo e sua forma de estudar, vou propor uma atividade de observação: durante 1 semana, preste atenção em tudo que você faz e vá registrando, a cada dia, suas atividades.

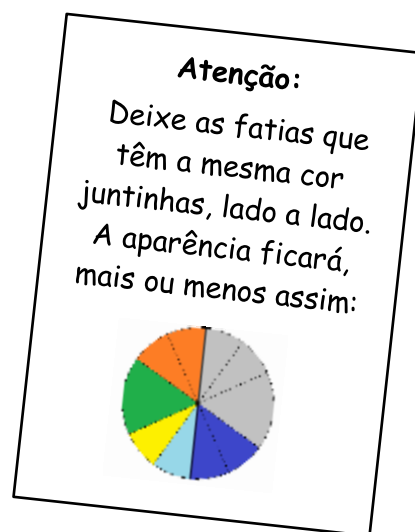
Como eu imagino que você faz muitas coisas por dia, vou deixar, nas páginas 57 e 58, uns quadros para você completar com as atividades que você faz. Escreva tudo o que puder: deixe registrado o período que você estiver na escola, no curso (se você fizer algum), o tempo que ficar na internet, o tempo que

ficar de “bob” (de bobeira mesmo, sem fazer nadinha de nada...), o tempo que usar para estudar, o tempo de fazer dever de casa...

Mas, antes... Quero que você faça uma aposta. Não comigo, com você mesmo. E não vale nenhum brinde, não. É só para saber mesmo o quanto você sabe sobre sua forma de agir.

Na página seguinte você vai encontrar um círculo dividido em 24 fatias. Sabe o que cada fatia representa? Uma hora do seu dia! Eu quero ver se você tem ideia de quanto tempo do seu dia você gasta fazendo cada atividade.

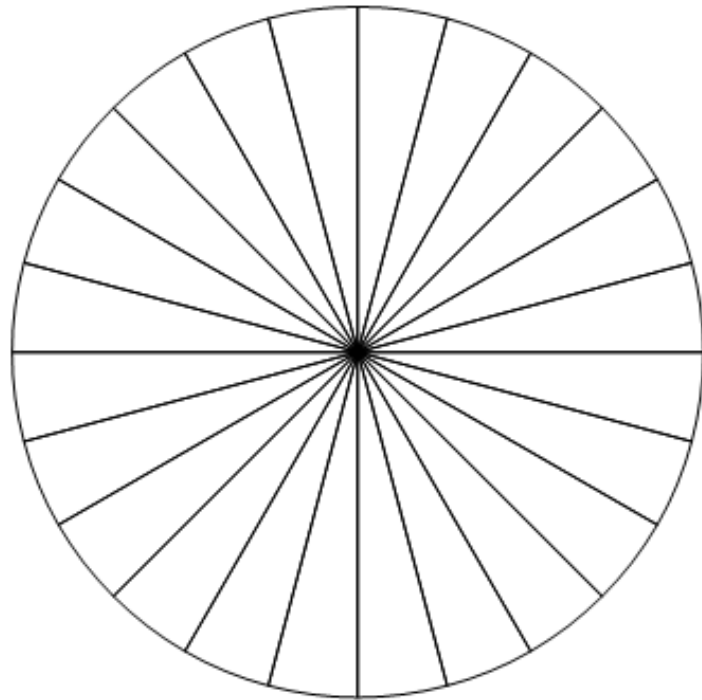
Faça sua aposta! Pinte cada fatia com a cor que corresponde à tarefa indicada na legenda. Cada fatia pintada representa **uma** hora usada para fazer uma determinada atividade. Pinte a quantidade de horas que você **acha** que dedica, durante um dia inteiro, para cada atividade. Ahhhh, e se tiver alguma tarefa que você não faça, é só não pintar nenhuma fatia com a cor que representa a tal atividade.



Eu sei que suas atividades do final de semana são bem diferentes das atividades que você costuma fazer de segunda a sexta. Então, vamos combinar: pense nas coisas que você faz durante a semana, no período de segunda a sexta, apenas.

Como você acha que usa as 24 horas de um dia?

- Durmo
- Fico na escola
- Brinco
- Estudo ou leio
- Faço os trabalhos de casa
- Assisto à TV
- Fico na Internet
- Faço atividades gerais
(tempo gasto para tomar
banho, almoçar, se
deslocar para escola).
- Faço outra(s) atividade(s)
(cursos, esportes...)





Se você quiser incluir outras atividades, é só escrever na legenda e pintar com cores que não tenham sido usadas.

Agora é pra valer! Durante uma semana, observe-se e registre nas folhas a seguir as atividades que você fizer. Daqui a uma semana a gente volta a conversar!

(Mas só vale anotar o que você fizer de verdade, hein!)



Ficha de observação das atividades da semana

Período observado: de ____ / ____ / ____ até ____ / ____ / ____.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira
01h	01h	01h
02h	02h	02h
03h	03h	03h
04h	04h	04h
05h	05h	05h
06h	06h	06h
07h	07h	07h
08h	08h	08h
09h	09h	09h
10h	10h	10h
11h	11h	11h
12h	12h	12h
13h	13h	13h
14h	14h	14h
15h	15h	15h
16h	16h	16h
17h	17h	17h
18h	18h	18h
19h	19h	19h
20h	20h	20h
21h	21h	21h
22h	22h	22h
23h	23h	23h
24h	24h	24h

Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
01h	01h	01h	01h
02h	02h	02h	02h
03h	03h	03h	03h
04h	04h	04h	04h
05h	05h	05h	05h
06h	06h	06h	06h
07h	07h	07h	07h
08h	08h	08h	08h
09h	09h	09h	09h
10h	10h	10h	10h
11h	11h	11h	11h
12h	12h	12h	12h
13h	13h	13h	13h
14h	14h	14h	14h
15h	15h	15h	15h
16h	16h	16h	16h
17h	17h	17h	17h
18h	18h	18h	18h
19h	19h	19h	19h
20h	20h	20h	20h
21h	21h	21h	21h
22h	22h	22h	22h
23h	23h	23h	23h
24h	24h	24h	24h

Nossa, uma semana inteirinha de trabalho de observação! Dê uma olhada em tudo que você escreveu...



- De um modo geral, você se sente satisfeito com a forma como aproveitou seu tempo nessa semana?

- Se você tivesse uma máquina do tempo, faria algo diferente? Por quê?

- Você sente que as atividades que você fez durante a semana contribuíram para a sua felicidade e o seu bem-estar? Que atividades mais contribuíram para isso?

- Você sente que as atividades que você fez durante a semana contribuíram para a sua aprendizagem? Que atividades mais contribuíram para isso?

Agora chegou a vez de você descobrir se suas impressões iniciais sobre o uso do seu tempo estavam certas...

Lá na página 56 você arriscou um palpite dizendo quanto tempo por dia você acreditava que gastava em cada tarefa, lembra? Olhe lá!

Vamos analisar alguns dados... Vamos comparar o seu palpite registrado na página 56 com algumas coisas que você escreveu nas páginas 57 e 58. Para isso, precisamos seguir alguns passos...



Você não precisa olhar todos os dias da semana...

Vamos considerar apenas um dia para comparar com seu palpite!



Passo 1:

Peça para alguém escolher um número de 2 a 6 (representando os dias da semana - de segunda a sexta). Se não tiver ninguém por perto, você pode sortear uns papeizinhos com os números ou escolher mesmo.



Passo 2:

Releia, nas páginas 57 ou 58, as atividades que você fez no dia da semana escolhido para ser analisado.

- *Conte quantas horas, naquele dia, você gastou fazendo as seguintes tarefas: brincar, assistir à televisão e acessar à internet.*

No dia analisado, gastei aproximadamente _____ horas do meu tempo brincando, assistindo à TV e acessando a internet.



Passo 3:

Volte à página 56 e conte quantas “fatias” de cores laranja, vermelha e amarela estão pintadas.

Eu pintei um total de _____ fatias nas cores laranja, vermelha e amarela. Isso significa que eu achava que gastava _____ horas brincando, assistindo à TV e acessando a internet.

- *E aí? Seu palpite estava certo? O número de horas que você pensou que gastava nessas atividades é o mesmo que você gastou de fato no dia analisado?*
-

- *Você, na realidade, gastou mais ou menos tempo que imaginava nessas atividades?*
-

Agora, vamos analisar seu tempo dedicado às tarefas *estudar ou ler um livro e fazer o trabalho de casa...*



Passo 4:

- *No dia analisado, quantas horas você gastou fazendo as seguintes tarefas: estudar ou ler um livro e fazer atividade de casa? Faça as contas e registre na próxima página.*

No dia analisado, gastei aproximadamente _____ horas estudando, lendo e fazendo os trabalhos de casa.

O próximo passo você já sabe qual é, não é mesmo?



Passo 5:

Volte à página 56 e conte quantas “fatias” de cores verde claro e verde escuro você pintou.

Eu pintei um total de _____ fatias nas cores verde claro e verde escuro. Isso significa que eu achava que gastava _____ horas estudando, lendo e fazendo as atividades.

- *Comparando seus últimos registros, me diga: você estuda, lê e faz trabalho tanto quanto imaginava? Ou seja, o número de horas que você pensou que gastava nessas atividades é o mesmo que você gastou de fato no dia analisado?*
-

- *Você, na realidade, gastou mais ou menos tempo que imaginava nas atividades de estudar, ler e fazer os deveres de casa?*
-

- *Você sente que essa atividade de observação e análise do modo como você usa seu tempo te ajudou a saber um pouco mais sobre você? O que você descobriu?*
-
-

- Depois de fazer essa atividade, o que você pensa sobre a forma como usou seu tempo naquele dia? Você está satisfeito com a “quantidade de tempo” que dedicou aos estudos, à leitura e aos trabalhos de casa?
-
-

- Você acha que a “quantidade de tempo” que você costuma dedicar aos estudos, à leitura e aos trabalhos de casa é suficiente para aprender mais e alcançar bons resultados na escola?
-

Será que vale a pena rever o tempo que você dedica aos seus estudos? Será que seus colegas dedicam o mesmo tempo que você para essas atividades? Que tal bater um papo com eles sobre isso?! Às vezes, aquele colega que a gente acha que é *super-mega-inteligente* (fora do normal) é apenas uma pessoa que se dedica um pouco mais aos estudos. Também pode ser que aquele amigo que não consegue tirar boas notas nem ir muito bem nas tarefas da escola, só precise de uma ajudinha para perceber que tem que estudar um pouco mais.

Como você estuda?

Às vezes, a gente dedica um bom tempo para estudar, mas nem sempre estudar por muito tempo é garantia de que os estudos vão bem. Isso porque tão importante quanto o tempo que você dedica para estudar é a **forma como você estuda...**

- *Você consegue explicar como você estuda? (Que coisas você faz quando estuda?)*

- *Você está satisfeito com sua forma de estudar? Você sente que a forma como você estuda te ajuda a aprender melhor e, conseqüentemente, a tirar boas notas na escola?*

- *Você acha que estudar é importante? Por quê?*

- *Você acha que estudar é difícil? Por quê?*

Eu não sei se você reparou bem... Quando eu pedi que você registrasse o tempo que você achava que dedicava para cada atividade, eu separei as tarefas de “estudar” e a de “fazer dever de casa”...

- *Fazer dever de casa é a mesma coisa que estudar? O que você pensa sobre isso?*
-
-

- *Os seus professores costumam passar muitos deveres de casa?*
-

- *Você tem o hábito de fazer todos os deveres de casa que os professores pedem?*
-

Dever de casa: até quem mora em apartamento tem que fazer!

Se você é do tipo de aluno que não curte muito fazer dever de casa e acaba sempre dando uma desculpinha para escapar da tarefa, saiba que não fazer essas atividades pode trazer muito mais consequências ruins que ser chamado atenção pelo professor ou levar um bilhetinho para casa.

Em vez de tratar o dever de casa apenas como uma obrigação, **que tal encarar o trabalho como um desafio?** É fazendo o trabalho de casa que a gente se desafia a resolver problemas e fazer atividades sem o professor ao nosso lado. E é aí que a gente vê se está entendendo tudo mesmo!

- Você acha importante fazer trabalho de casa? Durante 5 minutos, pense no maior número de benefícios de fazer trabalho de casa e registre, a seguir, tudo o que você pensar!

Fazer trabalho de casa é importante porque...

Converse com pelo menos 3 colegas (se conseguir falar com mais gente é melhor ainda!) sobre tarefas de casa. Pergunte se eles fazem os deveres sempre, se gostam de fazer, se têm um horário definido para suas tarefas e se acham que fazer trabalho de casa é importante. Depois de “entrevistar” as pessoas, registre nas linhas abaixo o que elas falaram sobre a importância das tarefas.

- Você costuma reservar um lugar específico para estudar e para fazer os trabalhos de casa? Onde você faz essas atividades?
-

- Observe o seu local (ou locais) de estudo. Como ele é (como são)?

• A iluminação é boa? _____

• É arejado (fresco e ventilado)? _____

• A temperatura do local é agradável? _____

• O lugar é silencioso? _____

• Há muitas distrações por perto? (Por exemplo: a televisão fica ligada? O videogame e o celular ficam por perto?)

• Tem algum material de apoio por perto (livros, revistas, acesso à internet) que você possa consultar, caso seja necessário?

• O lugar é limpo e organizado? Você encontra facilmente o que precisa?

• Você sente que a mesa e a cadeira (ou o local onde você faz o trabalho) são confortáveis?

• Você está satisfeito com o seu lugar de estudo? O que você melhoraria nele?

- Você tem um horário específico para fazer o trabalho de casa? (Se você responder “sim”, aproveite e diga o horário)
-

• O horário em que geralmente você faz os trabalhos foi decidido por você ou por alguma outra pessoa?

• É um horário muuuuito cedo?

• É um horário muuuuito tarde?

• É logo após o almoço (horário em que muita gente sente aquele soninho)?

• Você costuma sentir muito sono na hora de fazer o trabalho de casa? (Estou falando de sono, não é preguiça, não, hein!)

→ Para saber diferenciar sono de preguiça, tente perceber se o “sono” passa “misteriosamente” se você fizer outra atividade que não seja o dever de casa... Se passar, é porque não era sono; era preguinha mesmo!

• O horário do dever é o mesmo de alguma atividade que você gosta ou gostaria muito de fazer? (É o mesmo horário de um programa de televisão que você adora assistir, por exemplo?)

- Você está satisfeito com o horário que você faz seus deveres? Existe outro horário que, para você, seria melhor?
-

- Você tem o costume de fazer pesquisas e consultar outros materiais (sem ser o caderno, a apostila e os livros usados na escola) para te ajudar a fazer as atividades propostas nos deveres de casa? Que materiais te ajudam nas tarefas?
-
-

- Normalmente, você costuma fazer seu trabalho de casa sozinho ou com a ajuda de alguém (parentes, amigos, explicador...)?
-

- Quando você sente alguma dificuldade na hora do dever de casa, pede ajuda?



Se você pede ajuda, marque a quem você costuma pedir:

(Pode marcar mais de uma opção)

- A algum parente adulto.
- A um irmão ou primo que tenha, mais ou menos a sua idade.
- A algum colega da sala (você telefona para ele, por exemplo).
- Ao professor (você tira as dúvidas com o professor, na escola).
- Outros: _____



Caso outra pessoa te ajude (um vizinho, por exemplo), anote aqui.

Pedir ajuda quando precisa é uma boa forma de aprender mais! Não tenha vergonha de pedir uma mãozinha quando precisar! Você já pensou em criar um grupo no *WhatsApp* com os colegas da sua sala para tirar dúvidas?!

#ficaadica

Se você tem o costume de pedir ajuda, responda a próxima pergunta também:

Quando você pede ajuda, você pede que te ajudem a descobrir a resposta (ou te expliquem a resposta) ou você pede a resposta logo? (São coisas bem diferentes, não acha?)

É muito importante pedir ajuda, mas não se esqueça de que a tarefa é sua, hein... Escolha alguém para te ajudar a encontrar a resposta, nada de que querer pegar tudo pronto! Isso também vale para as pesquisas que você faz.

Nem todas as questões que aparecem no dever de casa, têm respostas prontinhas em algum lugar!



<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=26827>

Às vezes você vai ter um pouquinho mais de trabalho que o normal para encontrar um resultado de um problema ou para responder a uma pergunta de modo certo. O legal é você **ler tudo o que pesquisou e explicar com suas próprias palavras**, do jeito que você entendeu. Você não deve usar os livros e a internet para achar as respostas, **mas para buscar informações que te ajudem a chegar até a resposta!**

Você pode pesquisar informações mais aprofundadas e detalhadas sobre o assunto do dever de casa (ou simplesmente procurar o mesmo conteúdo, explicado de um modo diferente) ou usar dicionários (virtuais ou impressos) para te ajudar a entender palavras desconhecidas. O que não vale é ficar cheio de dúvidas e não fazer nada, achando que a matéria é que é muito difícil de entender!

Quem sabe, pesquisando, você não encontre um vídeo bem legal que trate sobre o assunto do dever de casa?

#ficaadica

Veja esse exemplo de como a pesquisa pode ajudar nas tarefas da escola:



<http://revistaescola.abril.com.br/lingua-portuguesa/coletaneas/calvin-seus-amigos-428892.shtml>

➔ Mesmo depois de perguntar ao amigo, Calvin continuou sem entender. Se ele tivesse pesquisado um pouco mais o significado da palavra “onça”, descobriria que além de ser o nome de um animal é também uma unidade de...

(Ah! Está pensando que eu vou dar esse mole de te entregar “a resposta de mão beijada”? Não mesmo... Será que você consegue descobrir o que é “onça”?
“Partiu” pesquisar?! Vamos lá!)

#partiupesquisar #partiuaprender

Quando você pesquisa sobre algum assunto em outros materiais (sem ser apenas naqueles que a escola fornece), você acaba aprendendo sobre um monte de outros assuntos, além do que você estava procurando. Isso vai aumentando seu conhecimento geral.

Às vezes a gente fica bobo quando vê um colega da escola falando um monte de coisas legais na aula, não é mesmo? Parece que o colega é *mega* inteligente... Ou que estuda sem parar. Às vezes, esse colega é apenas um curioso que adora ler, pesquisar e conhecer mais sobre um monte de coisas: lê muitas revistas, lê gibis, usa a internet, vai ao museu, ao cinema... Tudo isso para aprender cada vez mais!

O que a gente aprende fora da escola é tão importante quanto o que a gente aprende dentro dela. E uma coisa ajuda a outra: o que aprendemos na escola pode nos ajudar em muitas situações da nossa vida e o que aprendemos fora da aula, certamente, ajuda na escola.

Você não precisa esperar o seu professor pedir uma pesquisa como dever de casa. Pesquisa é algo que a gente pode fazer todo dia. E não precisa ser só pela internet...


(Se bem que ela *facilita* muuuuito!)

Quando pintar uma dúvida na cabeça, se não quiser perguntar nada para ninguém... Mãos à obra! Quer dizer, “mãos ao teclado” (ou à tela)! É só “dar um *Google*” no que você quer saber...

Você não pode é ficar com a dúvida ou com a curiosidade na cabeça!

Há pouco tempo, conversei sobre isso com uma aluna. Passei uma pesquisa para casa e recomendei que ela não guardasse as suas dúvidas por tanto tempo e que perguntasse para alguém ou pesquisasse, sem ficar com vergonha ou com medo de todo muito achar que ela não sabe nada...

Veja só o que aconteceu:

A gente estava na aula de Português e tínhamos acabado de estudar o uso do “S” e do “SS”. Eu resolvi fazer um ditado de dicas. Esse tipo de ditado é assim: em vez de a professora ditar uma palavra, a gente dita uma dica e o aluno tem que adivinhar a palavra e escrevê-la de forma correta. Então, além de saber usar o S e o SS, o aluno precisa, antes, descobrir qual é a palavra apenas pela dica.

Falei várias dicas. Depois de cada uma, os alunos faziam um alvoroço só: “*muito fácil*”, “*eu sei*”, “*já fiz*” ...

A atividade estava ocorrendo sem problemas... Até que dei como dica a seguinte frase:

— **Animal pré-histórico que habitou a Terra há milhões de anos.**

Aposto que você saberia qual palavra escrever!

Arrisque um palpite! Que palavra você escreveria? **Qual é o “animal pré-histórico que habitou a Terra há milhões de anos”?**

Escreva aqui a resposta!
(Não se esqueça de
escrever com SS!)

A turma ficou uns 10 segundos agitada, como estava acontecendo depois de cada dica que eu dava.

— Posso ir para a próxima, pessoal?

— *Pode!!!*

— *Não! Ainda não!!! Essa está difícil!!!* — uma aluna falou.

— *Difícil?! — a turma toda estranhou.*

— *Eu não sei, não sei mesmo! Me dá outra dica, por favor, por favor, por favor...* — a aluna insistia.

Eu cheguei a pensar em dar a dica de que a palavra tinha S ou SS, mas seria algo óbvio, já que a atividade era exatamente sobre o uso do S e do SS! Resolvi, então, dizer o que veio à minha mente na hora:

— A palavra começa com D.

Ah, acho que vale a pena te dar um conselho e compartilhar com você um pouco da minha experiência como aluna e como professora: sempre que a gente for ler algum texto ou fazer uma atividade, é muito bom **parar para pensar sobre o porquê da atividade**. Antes de ler ou começar um trabalho, se pergunte: “Qual o objetivo dessa leitura”? “Para que eu vou ler isso”? O mesmo serve para as atividades: “Qual o objetivo dessa atividade”? **Pensar nos objetivos te ajuda a ficar mais atento ao que realmente importa no momento** e a errar menos (ou pelo menos, a não colocar respostas muito distantes do que é pedido na atividade).

— Ahhhh, lembrei!!! Agora sim!!! Obrigada, professora!!!
Te adoro, te adoro, te adoro!!!

Eu fiquei feliz por ver a felicidade dela ao lembrar a palavra. É realmente agonizante (é horrível!) estar com uma palavra na ponta da língua e não lembrar, você não acha?! E é muito gostoso mesmo quando a gente lembra! Eu entendia a alegria dela. Depois de assistir à comemoração da aluna, continuei a atividade e recolhi as folhas para corrigir o trabalho em casa. Eu mal sabia o que me esperava na hora da correção...

A folha da aluna foi logo a primeira... Depois de ajeitar um ou outro errinho nas palavras anteriores, eis que chega a hora de corrigir a tal palavra que tinha ficado presa na ponta da língua dela e só tinha se soltado depois da dica de que “começava com a letra D”.

Descobri, para minha surpresa, que, para ela, o **animal pré-histórico que habitou a Terra há milhões de anos era o...**

...D. Pedro II !!!



Está vendo?! Vida de professora não é fácil, não!

No dia seguinte, conversei com a aluna e perguntei se ela não tinha lembrado do **DINOSSAURO**...

Ela parou, pensou e disse:

— *Ih, é mesmo! Mas eles viveram na Terra de verdade? E isso foi há milhões de anos?? Nossa, eu não sabia! E eu adoro dinossauros, sempre quis saber mais sobre eles.*

Sugeri uma pesquisa! Começamos juntas, na escola, e depois, em casa, ela pesquisou mais. Chegou na aula seguinte cheia de novidades para contar, com um monte de descobertas para compartilhar com a turma! Resolvemos fazer várias atividades sobre os Dinossauros... Ela disse até que ficou com vontade de ser **paleontóloga!**

↓
Você sabe que profissão é essa? Se não sabe, que tal pesquisar?! Ahhhh, e aproveite e pesquise também sobre o D. Pedro II. Você vai descobrir muitas coisas interessantes. Aposto que você vai adorar saber, por exemplo, o nome dele completo! Desafio você a dizer o nome dele completo para algum amigo da escola sem precisar olhar em nenhum papelzinho...

O que não está bom a gente pode melhorar!

Se você nunca teve o costume de pesquisar ou de estudar, saiba que nunca é tarde para começar a incluir essas tarefas no seu dia a dia. Algumas mudanças simples podem te ajudar a aprender mais e melhor, além de fazer com que o estudo e o trabalho de casa sejam atividades bem mais agradáveis. Passar a pesquisar é uma dessas modificações na nossa forma de agir que fazem toda diferença! Quer ver outro exemplo de mudanças simples que podem te ajudar a aprender melhor?

Lembra que eu fiz um *montão* de perguntas para você sobre o local e o horário em que você faz as suas atividades?

Dê uma olhadinha nas páginas 67 a 69 e releia o que você escreveu quando eu te perguntei sobre as características do seu ambiente de estudo. Faça uma avaliação:

Você acha que as características do lugar em que nós estamos pode influenciar a nossa emoção e as nossas sensações?

Sim

Não

Você acredita que o ambiente e o horário em que você, geralmente, faz seus deveres estão influenciando positivamente na sua forma de estudar e fazer as atividades?

Sim

Não

Você acredita, então, que as suas condições ambientais para fazer os deveres são



favoráveis

ou desfavoráveis



à sua aprendizagem?

Você já reparou que, normalmente, os hospitais têm as paredes brancas ou bem clarinhas? Já as lanchonetes são pintadas, geralmente, com cores fortes (especialmente amarelo e vermelho). Por que isso acontece? Você tem algum palpite?

Hoje em dia, muitos pesquisadores acreditam que as cores (e o ambiente como um todo) influenciam (e muito!) no nosso humor e nas nossas sensações. As cores mais claras, segundo as pesquisas, transmitem a ideia de paz, de tranquilidade... Já o

amarelo e vermelho despertam fome e representam energia, agitação (os donos das lanchonetes não são bobinhos...).

Veja bem, calminha aí... Eu não estou dizendo que você tem que sair pintando as paredes da sua casa com outras cores! Mas você pode avaliar o que não está bom no seu ambiente ou no horário de estudo e fazer pequenas mudanças. A bagunça, por exemplo, pode deixar a gente estressado! Às vezes, uma boa arrumação, uma troca de lâmpada, uma melhor organização do material e a escolha de um lugar silencioso, já ajudam muito a manter a nossa vontade de ficar sentado fazendo o dever de casa ou estudando.



Se a tarefa de fazer o dever de casa, para você, é algo muito difícil, você pode começar a tornar as coisas um pouco mais fáceis, escolhendo lugares e horários mais adequados para fazer essas atividades. O que não está bom a gente não só pode, mas **deve** mudar!

São tantos alunos que tratam o trabalho de casa como um verdadeiro fardo, que muitos *sites* e revistas

Além de buscar informações sobre os conteúdos escolares, você pode aproveitar os diversos veículos de comunicação para aprender mais sobre a sua própria forma de aprender. Que tal reservar parte do tempo que você fica na internet para ler sobre esses assuntos? Em pouco tempo de pesquisa no *Google*, já achei outras duas páginas super bacanas que dão dicas para pessoas de todas as idades:

<http://estudareaprender.com/>

<http://super.abril.com.br/comportamento/como-estudar-sozinho-em-casa>

#ficaadica

voltados para o público infantil e adolescente divulgam dicas para tornar a hora dos deveres um momento mais tranquilo e produtivo. Vou deixar aqui o endereço de uma página que publicou uma matéria muito interessante: “10 dicas para fazer a lição de casa ficar mais fácil”.



http://criancas.uol.com.br/album/licao_de_casa_album.jhtm

Nessa página você vai encontrar algumas dicas bem legais. Uma delas é essa de organizar o seu espaço de estudo. Para mim, isso é fundamental! Mesmo quando eu não tinha um quarto só meu, eu escolhia, na minha casa, um lugar confortável, com boa iluminação e com espaço para eu colocar os meus materiais.

Fazer trabalho em lugar escuro não dá certo... O corpo da gente é inteligente, sabia? O meu, por exemplo, sabe que quando fica tudo escurinho é porque está na hora de dormir. Então, adivinhe o que ele faz quando estou estudando em um lugar escuro! Isso mesmo... Ele liga o botão “ativar sono”... E eu não consigo mais ficar lendo, porque os olhos insistem em fechar! É por isso que eu preciso de luz: para lembrar ao meu corpo de que é hora da ação, é hora de ficar acordado!

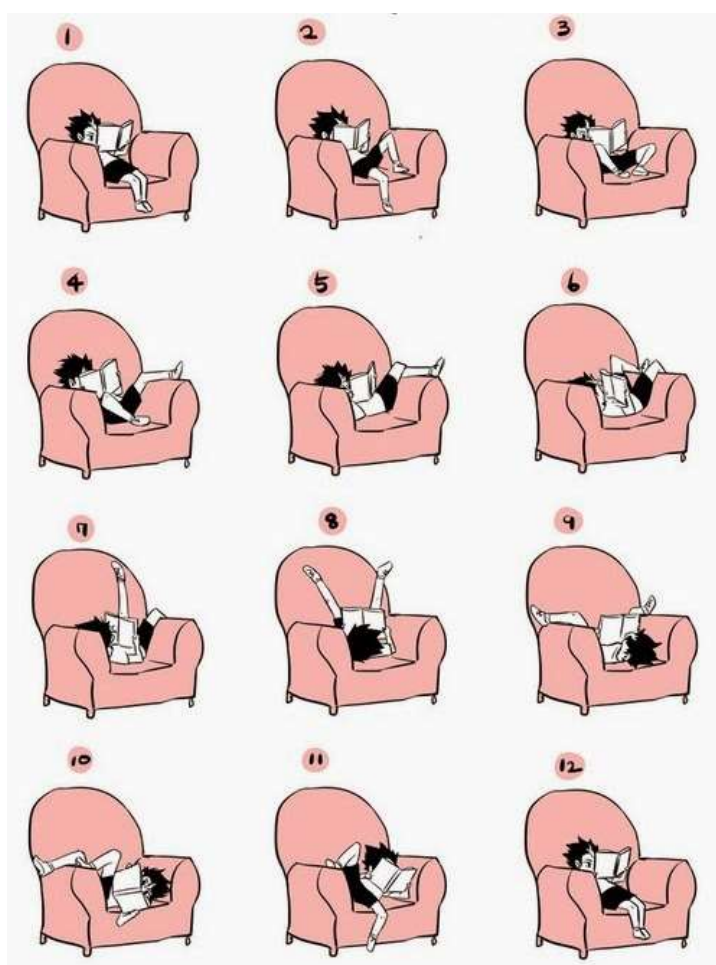
Quando eu falo em “lugar confortável”, também penso no meu corpo. Ele vai ficar um tempão ali, estudando... Não é só a cabeça que estuda, é o resto do corpo também. Se ele estiver desconfortável, ele avisa logo que quer sair dali: avisa doendo,

avisa ficando irritado, avisa me deixando com vontade de levantar. É por isso que eu penso no conforto e sento em uma boa posição. Mas, tem que ter cuidado para não ficar tãaaaaaaao confortável a ponto de despertar no corpo a vontade de tirar um cochilinho... Temos que manejar: não dá para fazer dever de casa deitado na cama, na rede ou no sofá, não é?! Senão o corpo vai achar que é hora de relaxar...

Se a gente for ler um livro, só pelo prazer de ler, vale qualquer posição. Vale, inclusive, mudar toda hora só para não cansar e variar um pouquinho.

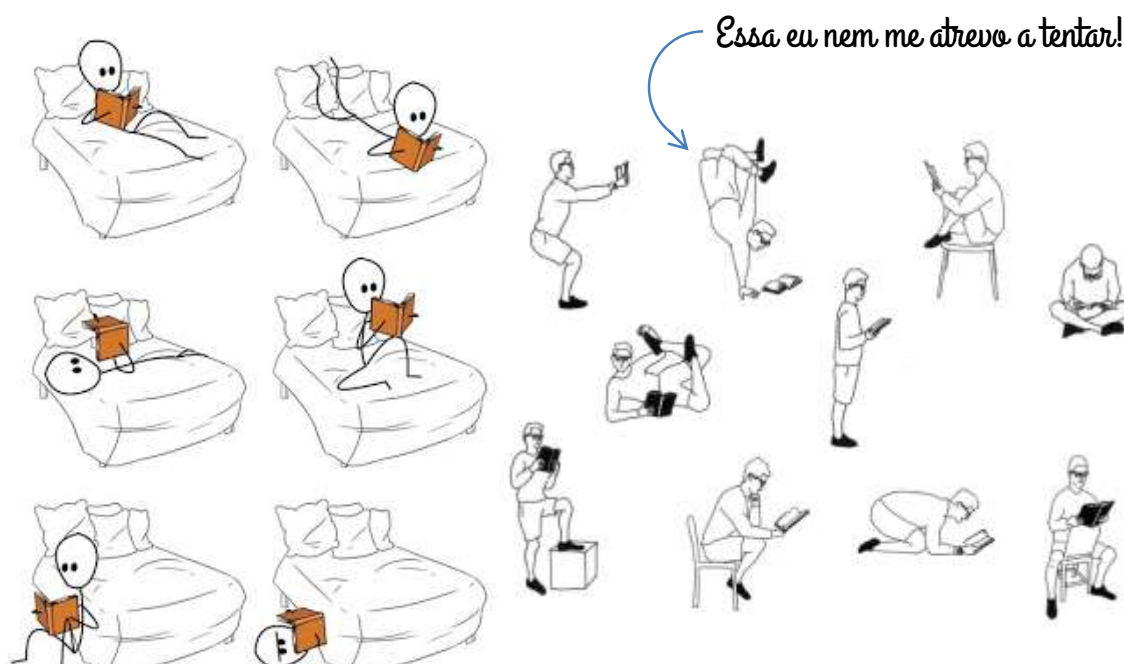
Veja algumas posições interessantes para ler:

Você se identifica com alguma delas? Quais são as suas posições preferidas para ler um bom livro?



<http://atmosferaedolivos.blogspot.com.br/2014/11/devaneios-de-momento.html>

Não acabou, não... Dê uma olhadinha nessas aqui:



<http://entrepaginasdelivros.com/2012/12/qual-e-melhor-posicao-para-ler.html>
<http://donttouchmymoleskine.com/posicoes-para-ler-um-livro/> (imagens modificadas)

Para ler um livro valem todas essas opções, mas para fazer dever de casa, eu não acho que essas posições todas sejam boas, não... Isso porque, geralmente, no dever de casa, você tem que registrar por escrito as respostas... Então, você precisa estar em uma posição que te ajude a fazer isso sem sentir uma baita dor nas costas e sem prejudicar a sua letra.

Mesmo na hora de ler um texto para fazer o dever de casa, essa variedade toda de posições não é indicada, **pois o tipo de leitura da tarefa de casa não é o mesmo que a leitura só por prazer**. A leitura que a gente faz na hora de estudar ou fazer um trabalho é bem diferente. Como a gente não está lendo só para se divertir e **sim com o objetivo de aprender mais sobre algo**, a gente tem que fazer uma leitura mais **cuidadosa**, com **mais atenção**, em um **ritmo mais devagar**... É bom, inclusive, ler com

um lápis na mão para marcar as partes importantes e fazer anotações no texto...

Sabe o que eu fazia também durante as minhas atividades de casa? Eu ia anotando o meu **grau de dificuldade!** Eu desenhava algumas “carinhas” ao lado de cada questão, para sinalizar o quanto eu tinha achado difícil ou fácil de fazer. As carinhas eram, mais ou menos, assim:

Eu desenhava essa quando a questão era fácil. Se fosse muito, muito fácil (molezinha mesmo), eu desenhava a boca bem aberta, mais feliz ainda!



Essa aqui era para aquelas questões bem difíceis!



Essa era para aquelas atividades que davam um certo trabalho, mas que, depois de prontas, eu via que nem eram tão difíceis...



Nas questões muito, muito difíceis, eu desenhava essa aqui!



Mas se fosse uma atividade “ultra-mega-master-power-plus” difícil, só me restava incrementar a carinha colocando os cabelinhos arrepiados para o alto!

E quando eu marcava a carinha toda feliz, achando que a questão era *facinha* e na hora da correção eu via que estava errada?!



É... Era um banho de água fria...

Às vezes acontece de a gente achar que sabe, mas não saber realmente. Isso é bem pior que não saber, mas saber que não sabe! Pense bem, não é verdade? 🤔

Desenhar essas carinhas me ajudava bastante na hora de corrigir as atividades na sala. Eu ficava mais ligada na correção das questões que tinham sido mais difíceis de fazer.

(Se eu achava muito difícil a questão, era porque, possivelmente, eu ainda não estava entendendo bem aquele assunto!)

Depois da correção de cada questão, eu fazia, ainda, uma avaliação de como tinha sido meu desempenho na atividade como um todo. Eu desenhava um semáforo e pintava de vermelho, amarelo ou verde.

Se eu não tivesse ido muito bem, eu avisava, na aula, que eu tinha feito a atividade, mas com dificuldade... Às vezes, quando eu avisava isso, um monte de alunos falavam que também tinham achado a atividade difícil de fazer!

(Cí o professor via que não era um problema apenas de um aluno e dedicava mais aulas para explicar aquele conteúdo. Essa atitude ajudava a turma toda!)



Quando eu pintava só a parte vermelha, era um recado para mim: **"Pare. Peça ajuda. Estude mais sobre esses assuntos."**

Amarelo significava: **"Atenção, você não está compreendendo bem esse conteúdo. Fique mais atenta às aulas."**

E verde era: **"Siga em frente. Continue por esse caminho!"**

Para fazer essas coisas (anotar, marcar e escrever) a gente precisa de mesa, não é? Não dá para fazer no colo ou no chão, todo torto! **Para cada tipo de leitura, um tipo de comportamento, de velocidade e também de posição para ler, por que não?!** Então, não se esqueça de pensar também no seu conforto quando for fazer seus trabalhos de casa.

Ter um bom espaço também era algo importante para mim porque na hora de fazer o dever de casa, eu não ficava só com o caderno em cima da mesa, não. Além do caderno e do livro usado na escola, eu ficava com outros materiais que me davam um “apoio”, uma ajudinha.



Era muito bom dar uma pesquisada em outros materiais, assim eu chegava na escola cheia de informações para compartilhar com os colegas. Além disso, eu sentia que entendia bem mais os deveres de casa quando lia outros textos sobre o mesmo assunto. Eu sempre encontrava um material ou outro que explicava de um jeito que eu entendia melhor... Nessas horas, as tarefas de fazer o dever de casa e estudar se misturavam.

Fazer o dever de casa, para mim, não era apenas responder o que estava sendo pedido, **mas aproveitar as perguntas para aprender mais ainda sobre o assunto.** Às vezes, fazendo o dever de casa, surgia alguma curiosidade sobre o que eu estava lendo... Aí eu partia para a pesquisa! E olha que naquela época eu nem

tinha acesso à internet em casa. Eu pesquisava nos livros, revistas e enciclopédias que eu tinha por perto...

Ah... Hoje em dia é uma beleza... Quando eu tenho alguma dúvida, posso logo “dar um *Google*” e buscar mais informações sobre o que eu quero saber! *Sortudinho* você que está fazendo o Ensino Fundamental na era da internet, hein!

Quer dizer... Sei que, na verdade, não é bem assim... Se, por um lado, é uma boa ter por perto várias tecnologias e ter acesso fácil a diversos assuntos, por outro, **elas podem nos tirar do foco de fazer o trabalho**. Acho que é por isso que, quando estamos na internet, dizem que estamos conectados à “rede”. A rede de internet, às vezes, parece mesmo aquelas redes de armadilha para pegar a gente! E ôooo redinha difícil de escapar! A tentação de “cair na rede” ou de “se jogar nela” é muito difícil de vencer...



<http://kdimagens.com/imagem/facebook-eu-estou-estudando-532>

Você é daqueles que, na hora de fazer o dever, fica bem longe dessas tentações ou elas ficam te chamando o tempo todo e você não consegue resistir ao chamado?

Distrações... Como evitar?

Evitar distrações: como isso era difícil para mim também!!! Mesmo sem ter, na época, *smartphone* e acesso fácil à internet, não era simples manter o foco nos trabalhos da escola! Primeiro, porque parece que o universo fazia um “complô” contra os meus estudos (não é exagero, acredite...). Bastava eu começar a estudar ou a fazer o dever de casa que:

- começava a passar na TV o filme que eu mais gostava;
- minha prima vinha me visitar;
- a melhor amiga ligava dizendo que tinha uma novidade para contar;
- a cadelinha pegava o brinquedinho, abanava o rabinho e pedia para brincar;



Ou qualquer outra coisa bem interessante brotava “do nada” só para me distrair! Ainda mais se eu tivesse pouco tempo para cumprir a tarefa! Era aí que tudo acontecia para atrapalhar...

Com você também acontece esse tipo coisa?

(Por isso é tão perigoso deixar as tarefas para a última hora! Temos que fazer o quanto antes para que, caso algo nos tire do foco, sobre um tempinho para a gente se focar de novo, voltar à tarefa e terminar a tempo!)

Se você também se sente uma “vítima” desses “complôs”, acho que você vai gostar muito de ler esta matéria publicada na revista *Recreio*:

“O que é a lei de Murphy? Ela funciona com você?”

(<http://recreio.uol.com.br/noticias/escola/o-que-e-a-lei-de-murphy.phtml#.VrrRRfkrI2w>)

Vale a pena conferir!

O que você faz quando tem uma tarefa para fazer, mas surgem outras atividades que parecem bem mais bacanas?

Pense bem sobre as distrações e tentações que te atrapalham na hora de estudar ou de fazer o dever de casa (e em algumas ideias para vencê-las) e faça duas listas.

Coisas que me distraem quando tenho que fazer uma tarefa:

Ideias para evitar que essas coisas me distraiam:

Às vezes, nem é preciso que a outra tarefa seja tão mais interessante, não... Tem horas que até a vida dos insetos parece nos interessar mais...

(Se bem que os insetos são interessantes mesmo, não acha? Eu morro de medo de alguns, mas adoro estudar sobre eles...)



<https://counterzando.wordpress.com/tag/tirinhas-2/>

Acho que isso (de se distrair à toa) acontece especialmente quando não estamos tão envolvidos naquilo que fazemos. Pelo menos comigo é assim: se estou fazendo algo desafiador, parece que eu esqueço tudo que está ao meu redor e só penso naquilo que estou fazendo. Pode o vizinho colocar música alta, pode até mesmo estar *rolando* uma festa dentro da minha casa. Aposto que quando você fica navegando na internet, vendo algo que te interessa muito, você nem escuta quanto alguém te chama...

Hoje em dia, quando preciso fazer uma tarefa, desligo a TV, tiro o som do celular (às vezes deixo bem longe de mim!), aviso para as pessoas que estão por perto que vou começar um trabalho e não vou poder ficar me distraíndo. Mudo até o *status* do *WhatsApp*! Coloco assim: “em *off* para estudos”. Significa que vou precisar me “desligar” das coisas um pouquinho para me dedicar só à tarefa de estudar. Aí os meus amigos já sabem que, a partir



daquele momento, eu vou ficar um tempinho sem responder mensagem... Quando acabo o trabalho, volto para o *status* “disponível”. Bem simples, não é? (Na prática, nem tanto... Tem que ter muita “força de vontade”!)

Mas isso de avisar aos outros que vamos precisar de um tempinho só para gente é uma boa... Tem até gente que coloca um aviso na maçaneta da porta para que todo mundo na casa saiba que a pessoa está ocupada.



Eu não tenho esse costume de colocar plaquinha, mas conheço muita gente que tem e acho que é uma boa ideia. Só não gosto muito da expressão “não perturbe”. Acho que pode parecer algo grosseiro, sabe? Mas... Você pode fazer uma plaquinha desse tipo, só que personalizada, com a frase que quiser (algo que tenha bem a sua cara!). Veja quantos modelos legais você encontra na internet e inspire-se:



Mesmo que você não tenha um quarto só para você, você pode tentar encontrar algum espacinho na sua casa, que sirva como seu “espaço de estudo” e colar um cartaz na parede pedindo a colaboração das pessoas que dividem o espaço com você.

Na época de escola, eu avisava para o pessoal lá de casa:

— Vou começar a estudar, hein! “Falem à estudante somente o indispensável”.

Você já viu, nos ônibus, aquelas placas pedindo que a gente evite falar com o motorista??? Aquelas assim: “Fale ao motorista somente o indispensável”. Eles pedem isso porque sabem que ficar puxando papo com quem está fazendo alguma tarefa importante pode tirar a atenção da pessoa. Bem, eu me inspirei nessas plaquinhas para fazer o pedido. No caso do motorista, se ele se distrair, pode até causar um acidente; no meu caso, se eu me distraísse iria ter dificuldade para entender o que estava estudando. E eu sabia também que, se eu não me concentrasse no que eu estava fazendo, iria demorar muito mais tempo para terminar o meu estudo ou o dever de casa!

Como eu disse antes, nem sempre eu gosto de estudar. Mas sabe por que eu estudo? Porque, para mim, é tãaaaao maravilhoso aprender coisas novas, que vale o esforço de estudar e fazer os trabalhos de casa! E tem outra: quando a gente **aprende a estudar**, fica tudo mais fácil e a gente pode até passar a gostar dessa tarefa...

Essas estratégias de **me afastar do que me distrai** e de **pedir um tempinho só para mim**, me ajudam a me envolver mais nas atividades. Dessa forma, as tarefas de estudar e de fazer trabalhos se tornam um pouco mais fáceis e mais prazerosas.

- *Você gosta de estudar?*

- *Às vezes, você sente preguiça de estudar?*

Você quer aprender a estudar e aprender a vencer a preguiça, não é mesmo? Que pergunta a minha! É lógico que você quer, afinal, topou o desafio de entrar nessa investigação com esse objetivo! Além disso, quem não quer aprender um jeito de tornar as coisas difíceis mais fáceis de fazer?!


Para **aprender a aprender**, nós podemos lembrar das experiências que já passamos (ou fazer “experiências” com a

gente) e refletir sobre o que dá certo e o que não dá certo na hora do estudo.

Podemos também nos lançar ao desafio de mudar algumas atitudes, experimentar diferentes formas de estudar e ver o que dá resultado e o que não dá. Quando eu digo “resultado”, não estou falando só de nota boa, não. Estou falando de aprender! **Temos que ver se o modo como estudamos nos ajuda a chegar ao objetivo principal: aprender coisas novas!** (Mas é claro que gente vai ficar *felizinho* da vida se a nota boa vier “de quebra”, não é mesmo?)

Tenha calma. Você certamente vai aprender a estudar melhor. Afinal, você já aprendeu tanta coisa nessa vida...

Você tem noção de quanta coisa você já aprendeu desde que nasceu?! Pare para pensar! É muita coisa!!! Imagine como você era quando bebê. Pense no que você não sabia e hoje já sabe. Você já sabia falar? Já comia sozinho? Diga aí, em 3 minutos, tudo o que você lembrar que aprendeu. Você pode colocar um cronômetro, se tiver um por perto; se não, fique por um tempo aproximado... Você pode usar esse espaço abaixo para ir anotando tudo que você lembrar:



Viu só?! Olhe quantas coisas você já aprendeu! E você é capaz de aprender muitas outras! Você é capaz, inclusive, de **aprender a aprender!**

Apesar de achar que aprender é diferente de estudar e que estudar é diferente de fazer dever de casa, sei que **todas essas coisas devem caminhar bem juntas!** Aprendendo a estudar, a gente aprende a aprender melhor (as matérias da escola, que são pedidas nos trabalhos de casa ou qualquer outra coisa que a gente queira aprender na vida).

Mas isso não acontece de uma hora para outra... Não dá para decorar uma lista de como aprender melhor, afinal, algo que serve para mim, pode não servir para você. Não existe uma regra que sirva para todo mundo... **Cada um tem que descobrir a sua melhor forma de estudar...** E, para isso, você deve se conhecer, se investigar, conversar com você...

Batendo um papo com você mesmo

Com o tempo, ainda no Ensino Fundamental, fui aprendendo a gostar mais de estudar. Não virei nenhuma “fanática” porque, apesar de ter aprendido a gostar de estudar, eu gostava de fazer muitas outras coisas também: brincar, jogar vôlei na rua, conversar (falo muito desde pequena!) e gostava até de fazer nada...

Noooooossa, fazer nada, às vezes, é uma delícia, não é? Acho que todo mundo tem que reservar um tempinho para fazer nada! Se você não dedica nenhum tempo para essa deliciosa “atividade”, experimente incluí-la na sua semana...

Um tempinho só para a gente faz com que a gente se conheça melhor... Se você conversa muito com uma pessoa, você acaba conhecendo ela bem melhor, não é? Então... Se você conversa muito com você, você pode se conhecer melhor!

Eu falo comigo o tempo todo! Eu até “me dou bronca”, quando preciso, acredita? Sabe isso que eu falei de ficar sem fazer nada? Bem, como eu disse, às vezes é uma delícia. E é mesmo... Só que não dá para “fazer nada” o tempo todo... Aí sabe o que eu fazia – e ainda faço! – quando eu me empolgava nessa “onda” de ficar sem fazer nada? Eu me dava uma bronca e me encorajava a partir para a ação! Na verdade, me encorajo até hoje. Falo comigo mesma! Me convenço a parar de moleza! Até música eu canto para mim!

Você se lembra de alguma música que tenha uma letra ou um ritmo que te deixe animado e te ajude a parar de moleza?

Sabe aquela música que te coloca “pra cima”? Aquela que parece que te enche de energia? Sabe aquela que te faz sentir vontade de estudar Português, Matemática, História e Geografia por horas sem parar???



(Tá... essa eu acho que não existe!

Mas deve existir alguma que desperte uma sensação parecida...)

Pois eu tinha um repertório inteiro, uma coleção! Quando eu era criança, tinha uma música da Xuxa que fazia muito sucesso. E tinha uma parte da letra que era assim:



*Se ficar de bode...
Você se explode.
Se ficar à toa...
A vida voa!
Se faz corpo mole...
Alguém te engole.
Fica de preguiça...
A vida toda enguiça!!!*



(“Ficar de bode” é ficar mal humorado. Mesmo quando eu era criança, essa expressão já era antiga!)



Se você quiser ver a letra toda ou assistir ao clipe, vou deixar aqui o endereço:

<https://www.letras.mus.br/xuxa/68076/>

Essa eu cantava para mim direto! Eu acho que essa parte que diz “fica de preguiça / a vida toda enguiça” é uma grande verdade! Se a gente deixar a preguiça dominar, parece que a nossa vida não anda. Fica como carro enguiçado. A pessoa que fez a letra estava inspirada, não acha?!



Não aguentei de curiosidade e fui procurar o nome do autor ou autora da letra. Descobri que foram três pessoas que criaram a música (letra e melodia):
Alvaro Socci, Claudio Matta, Vivian Perl.
Eles mandaram bem, não acha?!

Veja outra música que eu adorava cantar para me animar nas horas de preguiça:



“Tudo que eu fizer

Eu vou tentar melhor do que já fiz

Esteja o meu destino onde estiver

Eu vou buscar a sorte e ser feliz

Tudo que eu quiser

O cara lá de cima vai me dar

Me dar toda coragem que puder

Que não me falte forças pra lutar”



(<https://www.lettras.mus.br/xuxa/73705/>)

Tinha que ver eu cantando o verso *“Que não me falte forças pra lutar”* ... Era mais ou menos assim:



— **QUE NÃO ME FALTE FORÇAS PRA LUTAAAA-AR!!!**

Me sentia praticamente uma guerreira quando cantava isso! Sério, me dava o maior ânimo!!! Aí eu tinha força para pegar nos estudos, ou para fazer um trabalho da escola.

Essa música também era da Xuxa. Ah, e antes que você pense que eu era super fã Xuxa (que sonhava em ser “paqueta”, que imitava o penteado e as roupas dela e blá, blá, blá...), deixo claro que lembro muito das músicas dela porque quando eu era criança, ela fazia muuuuuito sucesso, especialmente entre a criançada. Tanto que ela era chamada de “rainha dos baixinhos”. E eu, mesmo sendo bem alta para minha idade, curti bastante as músicas dela! Essa última que eu acabei de te mostrar ficou

conhecida no Brasil todo e até fora dele! Mesmo hoje, um monte de gente conhece essa letra. Até gente que nem era nascida quando a música foi lançada!

E para mostrar que “nem só de Xuxa vive meu repertório musical”, vou colocar uma de outra cantora que começou a fazer muito sucesso na época em que eu criança: Eliana. O nome da música já é bem sugestivo: “Xô preguiça”. O refrão era assim:



“Xô preguiça, xô preguiça

Se ela quiser te pegar

(Xô preguiça)

Xô preguiça, xô preguiça

Agora eu não posso parar

(Sai fora!)

Xô preguiça, xô preguiça

Não venha aqui me atrapalhar

(Xô preguiça!)

Xô preguiça, xô preguiça


Agora eu preciso estudar!”



(<https://www.lettras.mus.br/eliana/298097/>)

Tinha até coreografia! Era para espantar a preguiça mesmo! Eu cantava bastante essa aí... Cantava e a preguiça ia embora. Mas depois voltava (acho até que é por isso que quem escreveu a letra da música repetiu tantas vezes “Xô preguiça, Xô preguiça”... Não era falta de criatividade, não... A pessoa já sabia que preguiça é coisa que volta toda hora se a gente bobear!).

Quando nem música adiantava, eu partia para “o papo reto”. Falava para mim mesma: “*Marcelle, chega de moleza!*”; “*Vamos lá!*”; “*Você vai conseguir!*”; “*Força!!!*”.

 (Em casos mais graves de preguiça vale a pena tentar falar isso tudo se olhando no espelho!)



Tem horas que não adianta mãe falar, nem pai, nem avós, nem mesmo os colegas. Tem coisa que a gente só faz quando a gente mesmo manda! O mais engraçado é que, às vezes, a teimosia é tanta que a gente não obedece nem a gente mesmo. Já aconteceu isso com você? Tem vezes que a gente quer estudar. Quer mesmo. Quer de verdade (às vezes, as outras pessoas não acreditam, mas lá dentro, a gente sabe que quer muito). Mas a gente não consegue!!! Por isso é que eu falo comigo mesma, tentando me animar.



E você, o que você faz quando precisa fazer alguma coisa (estudar, fazer dever de casa ou arrumar o quarto, por exemplo) e bate aquela preguiça, ou aquele desânimo? Conte aí! Não vá me dizer que você se entrega ao desânimo e precisa que alguém fique o tempo todo te obrigando a estudar! É até bom ter alguém para nos dar um empurrãozinho, só que é melhor ainda poder nos animar **sem precisar que ninguém fique nos pressionando!** Ninguém merece fazer as coisas só porque tem alguém na “nossa cola” mandando a gente fazer!

Na torcida

Você também fala com você nesses momentos de desânimo? O que você diz? Esse espaço abaixo é para você anotar as palavras de ânimo que costuma usar... E se você não usa nenhuma, essa é uma boa oportunidade para começar a falar mais com você! **Você tem que ser seu maior torcedor! Seu maior incentivador!**

*Deixe aqui um recado pra você. Escreva frases que possam te animar ou coisas que você pode fazer no momento que a preguiça chegar.
(Especialmente se ela bater justo na hora de estudar, de fazer o dever de casa, de se preparar para uma prova...)*

Quer saber?! Vale a pena deixar mais espaço para essa tarefa de anotar tudo que pode te animar! Essa força que a gente mesmo dá para a gente é tão importante!! Cada vez que você se lembrar de outras coisas que você fala (ou pode falar) para você num momento de desânimo, vá anotando aqui...

Ah, e — é claro! — não se esqueça de reler essas páginas sempre que for necessário (afinal, de que adianta anotar se você não for rever as anotações?!). Se você acha que vai precisar reler toda hora, pode até colocar um marcador de



página aqui ou então aquele papelzinho autoadesivo que a gente cola na folha e deixa a pontinha de fora! Faça o que for necessário para que você não esqueça de que é capaz de tirar forças de dentro de você para fazer o que tem que ser feito.



E o prêmio vai para... mim!

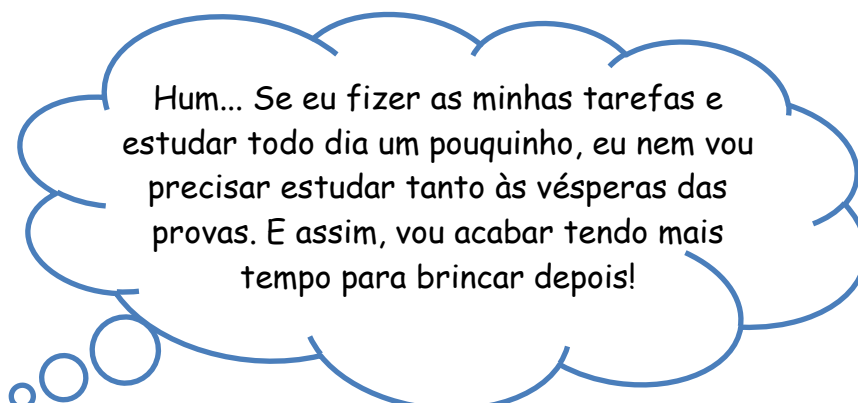


Além de falar frases de incentivo para você mesmo, sabe o que mais pode funcionar? Lembrar do que você tem a ganhar ao fazer a tal tarefa que precisa fazer! Por exemplo: se você não está muito empolgado para arrumar o quarto, além de dizer coisas como “*eu vou conseguir!*”, você pode tentar se lembrar da sensação gostosa que é estar em um lugar limpinho e arrumado... Esse é o prêmio que a gente ganha pelo esforço de arrumar. Você pode lembrar de como é bom poder chamar um colega para passar a tarde brincando na sua casa e ter um espaço sem bagunça para vocês aproveitarem!



<http://www.montagemphotoshop.com/wp-content/uploads/2012/02/Os-memes-que-estao-bombando-na-internet-21.jpg> - Adaptado.

Da mesma forma, quando você tem que fazer o dever de casa ou estudar, mas está mesmo é com vontade de brincar ou jogar videogame, você pode pensar assim:



Além disso, dá até para lembrar que, estudando todo dia um pouquinho, você aprende melhor, tira melhores notas e acaba entrando de férias mais cedo, pois não fica de recuperação. E aí, de férias, você tem muuuuito mais tempo para se divertir e descansar! Vale a pena lembrar desses benefícios, não vale? Tente fazer isso quando estiver com preguiça!

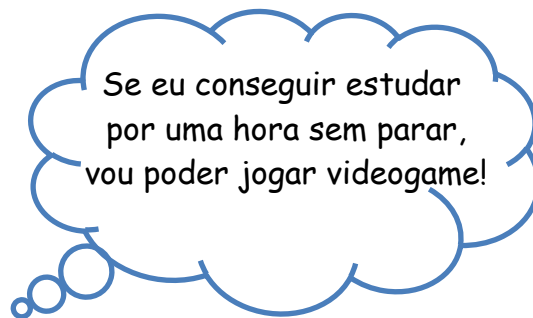


Tem gente que não consegue se animar quando pensa em um prêmio que vai demorar muito para receber.

(Por exemplo: o “prêmio” de entrar de férias mais cedo, você só recebe lá no final do semestre ou no final do ano.)

Então, o que fazer nessas situações? Olha, uma boa dica é você **dar um presente para você a cada pequena conquista!**

Vamos imaginar que você esteja com nota baixa em Ciências. Se a sua nota está baixa e você sente que não está entendendo bem a matéria, você precisa fazer algo para “reverter” essa situação, não é verdade? Você pode tomar algumas atitudes como: estudar uma hora por dia, fazer os trabalhos de casa, redobrar a atenção nas aulas... Você pode também procurar outros materiais que tratem sobre o mesmo assunto que o professor está trabalhando em aula... Quem sabe procurar na internet, em livros ou revistas? Esses podem ser bons caminhos! Mas... e se na hora de estudar, você sentir a maior vontade de jogar *videogame* ou ficar no *Facebook*, o que fazer? Bem, **você pode negociar com você mesmo!** É só pensar na seguinte proposta:



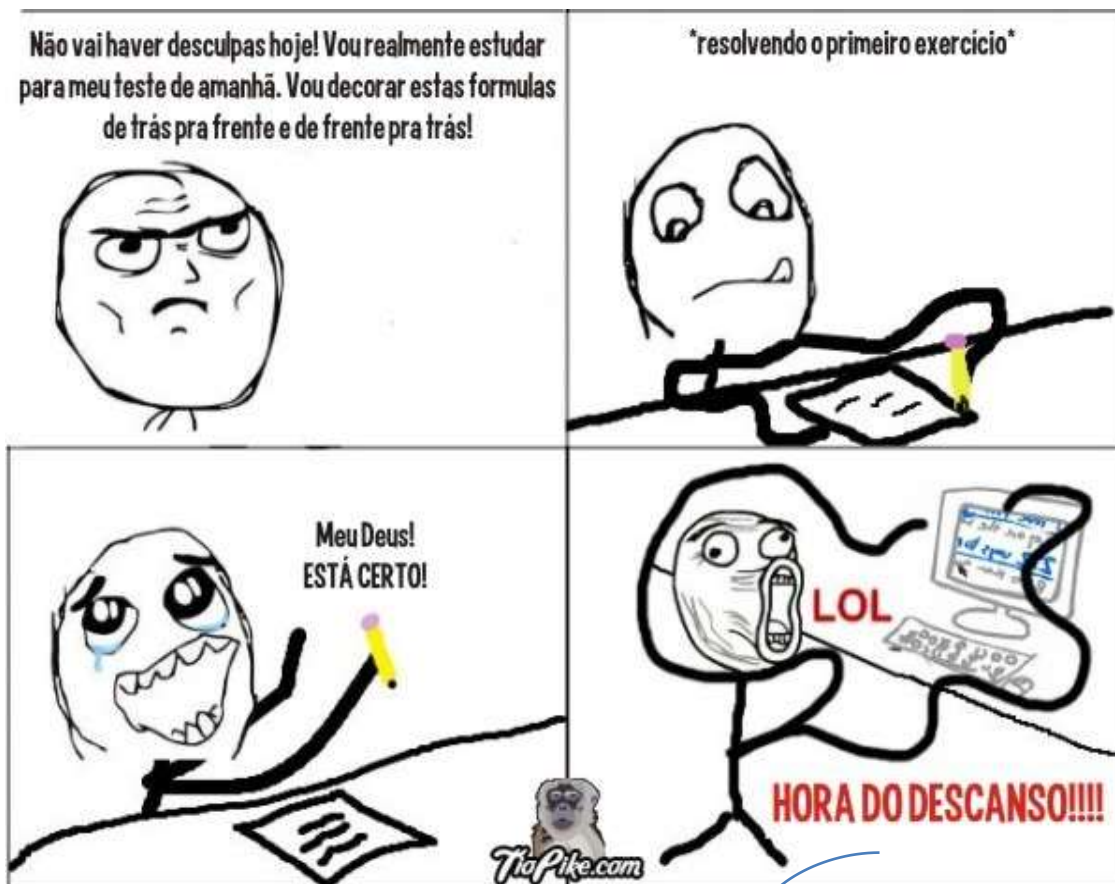
(Engraçado... Quando a gente pensa em fazer, durante uma hora, algo que não está muito a fim de fazer, parece que é tanto tempo, não é? Mas, se a gente pensa em “jogar por uma hora” parece tão pouquinho... Como é que pode?! Conheço um livro que fala sobre isso, chama-se “O frio pode ser quente?”. Ele foi escrito por Jandira Masur. Vale a pena ler! Você também pode conferir esse texto pelo Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=XUPOyp1mGJw>)

Viu? Você não precisa deixar de fazer o que gosta! Basta colocar essas coisas como “prêmios” por cumprir suas obrigações ou conseguir fazer algo que você precisava fazer. O importante é você seguir no propósito: ***“se eu não fizer o que eu preciso, não vou desfrutar do prêmio; se eu não conseguir estudar por uma hora, vou me segurar e não vou jogar videogame!”***.

Se você estiver se sentindo cansado, pode combinar com você mesmo: *“se eu conseguir estudar por uma hora, vou ficar um tempinho sem fazer nada, só descansando...”*. Você vai ver que seu descanso vai ser até melhor (mais proveitoso), porque você vai ficar com aquela sensação leve e gostosa de “missão cumprida”. **Cumprindo suas tarefas, você desfruta melhor do seu tempo livre.**

Mas não vale se esforçar só um pouquinho e **ganhar um presentão**. Por exemplo: não vale estudar 10 minutos e ficar

duas horas na internet ou **duas horas** sem fazer nada. Tem gente que mal faz uma coisinha e acha que já pode “pegar o seu prêmio”. Olhe o que eu vi um dia no *Facebook*:



https://lh3.googleusercontent.com/5x3110UAVA2Qxw2cYhaFc95wab6_AQZM45_OKZvITyHiT3Qy01iu-jVLYCvfgSrLed=s114

Assim não vale, né? Esse aí acertou uma questãozinha e ficou todo “convencido”, querendo já partir para o descanso!
(Deve estar achando que sabe tudo e não precisa mais estudar...)

#falasério

#nãocurti

#nãocaionessa



Liberte-se da preguiça e parta para a ação!

Você já sabe da importância de falar palavras que te animem e de pensar no que você tem a ganhar por fazer o que precisa fazer. Mas, veja bem, **apenas torcer e pensar não adiantam, não, tá?!** Por mais positivo que seja o pensamento, ele serve apenas para te dar um empurrãozinho e te animar. Além de pensar, você tem que **partir para ações!** Tem que pensar em algo efetivo que você possa fazer e... começar a fazer!

Como a gente sabe que só falar não adianta, vale a pena investigar e tentar descobrir mais coisas que a gente pode fazer para espantar a preguiça. Só que agora, vamos recorrer às experiências dos outros! Isso mesmo. As outras pessoas podem ter muito a nos ensinar!

A gente tem que lutar para conseguir o que quer. Temos que pensar na nossa meta, nos nossos objetivos e escolher as melhores estratégias... Só que nem sempre as estratégias que usamos dão muito certo... É aí que entram as dicas dos outros para nos dar uma mãozinha!



Não significa que a gente vai sair imitando tudo o que as outras pessoas fazem, mas bem que podemos ver o que deu certo para elas e experimentar para ver se dá certo com gente também!

Que tal perguntar o que as pessoas fazem quando estão desanimadas? Aí vai um desafio...

Pergunte para algumas pessoas (pode ser para mãe, pai, avô, amigo...) o que elas fazem quando precisam fazer algo mas estão com preguiça.

Anote na próxima página algumas dicas que você aprendeu com elas. Você pode experimentar colocar algumas dessas dicas em prática! Que tal?

Dicas para vencer a preguiça:

Eu já fiz essa pergunta para a minha mãe, sabia? Ela faz muita coisa... Nem sei como ela consegue dar conta de tudo! Perguntei se ela não tem preguiça... E sabe o que ela disse?

*–“É claro que eu tenho, menina! Todo mundo tem.
Só que eu vou me enganando e fazendo!”.*

Na hora eu não entendi muito bem essa história de “se enganar”, mas ela me explicou...

Se ela tem, por exemplo, que estudar, mas está desanimada, ela pensa assim:

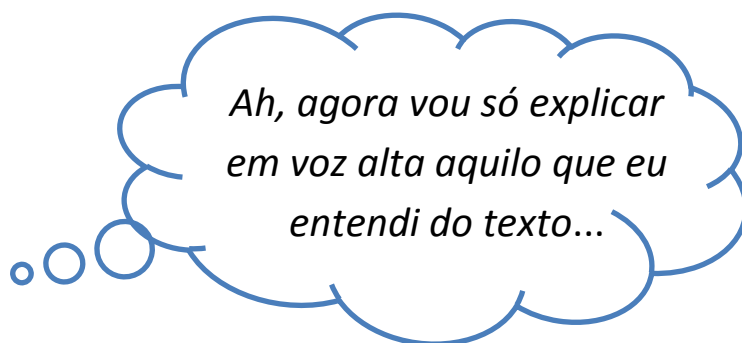
*Ah, não vou estudar,
não, vou só ler duas
folhinhas.*

Aí, depois que ela consegue ler as duas, ela continua:

*Já que estou cansada para
estudar, vou só dar uma
olhadinha nas próximas
folhas...*

*Agora, mais uma
olhadinha rápida, sem
compromisso...*

*Ah, a minha mãe estuda!
É bastante.
Na verdade, lá em casa
todo mundo estuda!
(Quer dizer, menos a
minha cachorrinha, que
tem “vida de madame”...
Só quer saber de ganhar
carinho na barriga,
vê se pode?!)*



E assim vai...

Ela vai se enganando: diz para ela mesma que não vai estudar, **mas sabe que no fundo está estudando, sim!**

Como ela sabe que a tarefa é longa e cansativa, **ela divide a tarefa em “pequenas tarefinhas simples”**. Segundo ela, a preguiça diminui desse jeito.

Então, se você tem que estudar por uma hora e acha que é muito, que tal começar com a tarefa de estudar só por 10 minutinhos? Depois só mais 10... Depois mais 10... Mais 10... E assim vai... Quando você for ver, já vai ter estudado por 50 minutos e só vão faltar 10! E quem vai desistir faltando apenas 10 minutinhos para acabar??? *Fala sério, ninguém, né?!*

Que interessante essa “técnica”, não acha? Eu vou tentar um dia! Que tal você tentar também? Há muitas formas de você espantar o desânimo para estudar. Experimente e descubra a forma que funciona melhor para você.

Sabia que tem gente que desenvolve “técnicas de estudo” e ensina para outras pessoas? Você conhece algumas dessas técnicas?

Uma vez, vi na internet, uma que tem um nome muito curioso: técnica Pomodoro!

“Pomodoro” significa “tomate” em italiano! Esse nome é inspirado nos relógios de cozinha (geralmente em formato de tomate) que marcam intervalos de tempo.



Depois dessa explicação já dá para ter uma ideia de como é essa técnica, não é mesmo? Como você acha que é? Arrisque um palpite!

Isso mesmo: você programa um tempo e estuda sem parar, até o relógio sinalizar que o tempo acabou. Aí você pode dar uma pausa. Depois é só recomeçar os estudos... Essa técnica mistura um pouco das dicas que a gente já viu: ela **divide as tarefas grandes em tarefas menores** e estimula que você **desfrute de pequenos prêmios a cada conquista!**



Na página <http://mel-meow.com/uma-longa-noite-aprendendo/> você encontra essa imagem e uma história em quadrinhos bem legal que conta como uma menina, Sofia, aprendeu a aprender melhor! Vale a pena conferir!

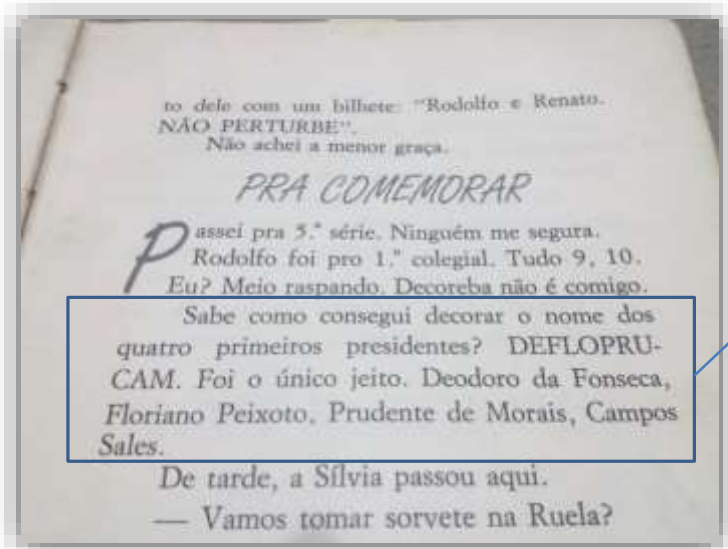
A gente aprende com a gente e com um monte de gente

Viver as nossas próprias experiências e aprender com a gente mesmo é muito legal. Só que a gente também pode aprender com as experiências dos outros. Imagine se eu sou boba de colocar o dedo em um fio desencapado, se eu sei que meu primo fez isso e levou um choque? É claro que eu procuro saber porque aquilo aconteceu (perguntando para alguém, procurando em algum livro ou *site*...) mas levo em conta também a experiência de quem passou pela situação (nesse caso, meu primo!) para não dar a mesma bobeira.

Com meu jeito de estudar é assim também: algumas coisas eu aprendi comigo mesma, fazendo algo e vendo se deu certo ou não, mas outras, eu aprendi com meus colegas de turma, com meus pais, com os professores e até em livros que já li.

Verdade! Quando eu era da 5ª série (agora se chama 6º ano), eu li um livro chamado “Rita está crescendo”, da escritora Telma Guimarães Castro Andrade. Eu não lembro de todos os detalhes (também, *né?* Já faz quase 20 anos que eu li esse livro!!!), mas uma parte eu lembro até hoje: a personagem principal da história, Rita, tinha algumas coisas em comum comigo...

Uma delas era detestar ter que decorar as informações para a prova! Só que ela teve uma ideia genial que me ajudou muito quando precisei decorar. Vou te mostrar. Veja se você consegue descobrir o segredo:



Achei essa ideia ótima!
Assim fica super fácil de decorar!

Olhe o meu nome aqui!!!



Essa aqui é a capa do livro. Aliás, esse foi o livro que eu li, o original. Ainda tenho (tudo bem que a capa está bem "maltratadinha", mas isso é porque ele já passou na mão de muita gente nesses 20 anos)!

Matou a charada? Viu o que ela fez para conseguir decorar o nome dos presidentes?

Diga então... Que estratégia ela usou para conseguir gravar os nomes dos presidentes?

Se você disse “*Ah, ela decorou só a primeira sílaba de cada nome*”, acertou!

Não tenho dúvidas de que ter que gravar as coisas correndo, só para uma prova, é muito chato. Isso para mim é o pior! E sei também que além de chato não nos ajuda muito a aprender, porque a gente esquece bem rápido quando tenta guardar na memória desse jeito ou por esse motivo!

Às vezes, fazemos isso porque deixamos para estudar muito em cima da hora, às vésperas da prova, por exemplo. Aí ficamos com medo de não lembrar nada e apelamos para a *decoreba*...

O que funciona mesmo para mim é **estudar sempre, independente de prova. Estudar para aprender e não apenas para tirar nota boa**. Se a gente estudar sempre, quando a prova estiver mais próxima, é só revisar as anotações, resumos e atividades que fizemos... Na maior parte dos casos, a gente acaba gravando as informações de tanto que a gente já estudou um assunto. Se a gente tiver realmente aprendido, a gente acaba gravando algumas coisas, mesmo sem querer. Mas alguns conteúdos são difíceis de gravar, não é mesmo? E aí, não tem jeito... Temos que arrumar uma forma de conseguir decorar...

Decorar não é comigo! (Mas, às vezes, bem que eu preciso!)

Mesmo detestando ter que decorar as coisas, adorei a dica da Rita. E já usei várias vezes na minha vida! Na verdade, aprendi que decorar não é tão ruim assim. **Saber de cor até que tem a sua importância para o estudo e para nossa vida como um todo.**



Eu nunca tinha parado para pensar que algumas coisas eu até gostava de decorar, por exemplo: letras de músicas, textos preferidos e até falas de filme (é, tem filme que eu sei algumas falas de cor!).

Isso sem falar das coisas que eu era doida para conseguir decorar, mas não conseguia (tipo os “macetes” de videogame!). Eu simplesmente amo *videogames*. Desde pequena! E isso tem um motivo: minha avó era dona de uma mercearia (um *mini mercado*) e resolveu colocar duas máquinas de fliperama lá. Era



bom d-e-m-a-i-s! Eu adorava jogar naquelas maquininhas... Só que eu tentava decorar algumas sequências de movimentos, principalmente naqueles jogos de artes marciais, mas não conseguia! E como eu queria!

Não está provado, mas dizem que a própria origem da palavra “decorar”, já mostra que esse ato não é algo ruim. Já vi em algum lugar que “saber de cor” é “saber de coração”.

Continuo achando que é bem melhor entender as matérias da escola e não apenas sair gravando informações que a gente nem entende o que significam, mas bem que eu gosto de ter algumas coisas guardadas na memória. É muito bom resolver uma conta sem depender de calculadora e sem precisar consultar toda hora uma tabuada, por exemplo.

A memorização é um processo suuuuper natural, importante e faz parte da aprendizagem. E há várias coisas que a gente pode fazer para facilitar esse processo.

É por isso que eu me interesse por essas estratégias que nos ajudam a gravar melhor algumas informações. Você sabia que tem gente que estuda a nossa memória? É, tem gente que até desenvolve algumas “técnicas” ou estratégias (tipo o que a Rita desenvolveu) para ajudar quem precisa ou quer decorar alguma coisa! Acho isso demais!

Hum... Agora fiquei curiosa...

O que você faz quando precisa ou quer decorar alguma coisa? Você tem algum segredo para conseguir gravar?

Você usa sempre a mesma estratégia ou muda, dependendo do que tem que memorizar?



Tente se lembrar do que você sabe de cor e de como você conseguiu gravar.
Escreva no espaço abaixo:

→

→

→

Se você conhece muitas estratégias, pode anotar mais algumas neste espaço:

→

→

→

→

→

→

→

→

Você pode anotar aqui as estratégias que você usa ou aquelas que você conhece, mas que nunca usou.

(Ah, se você já usou os dois espaços acima e ainda tem mais estratégias para compartilhar, em vez de escrever aqui, publique um livro ou abra um cursinho para ensinar esses “segredos” para os seus colegas!

Você deve ser um gênio da memorização!)

Será que as outras pessoas usam as mesmas estratégias que você?

Lembra que eu falei que a gente pode aprender muitas coisas legais com as experiências dos outros? Falei também que a gente não tem que sair copiando tudo que os outros fazem, mas se uma pessoa está “arrasando” em alguma coisa, bem que a gente pode pegar umas dicas com ela e ver se dá certo no nosso caso. Vai que a estratégia dela também funcione com a gente! Não custa tentar.

Que tal a gente tentar descobrir outros modos de tornar a “*decoreba*” algo mais fácil e agradável?

Eis o desafio da vez:

- Entreviste pelo menos 2 pessoas (lembre-se de que pode ser mãe, pai, madrasta, padrasto, avó, irmão, primos, colegas, vizinhos... você que decide!) e pergunte o que eles fazem quando precisam decorar alguma coisa.

Deixe registrado aqui:

Nome: _____ Idade: _____

O que essa pessoa faz quando precisa decorar alguma coisa:

Nome: _____ Idade: _____

O que essa pessoa faz quando precisa decorar alguma coisa:

Nome: _____ Idade: _____

O que essa pessoa faz quando precisa decorar alguma coisa:

Nome: _____ Idade: _____

O que essa pessoa faz quando precisa decorar alguma coisa:

Se você conseguiu entrevistar pelo menos 2 pessoas, parabéns: você **cumpriu** o desafio!



(Festinha de comemoração!)

Agora... Se você se empolgou e resolveu entrevistar mais gente, melhor ainda. O desafio era entrevistar no mínimo duas pessoas, mas, **às vezes, é legal fazer mais que o mínimo**, não é mesmo?!

E se você fez isso, deve ter descoberto um moooooonte de formas diferentes de decorar melhor!

Se, na escola, um professor pedir para escrever no mínimo 10 linhas sobre algum assunto, você não precisa ficar contando cada linha, torcendo para chegar logo na décima primeira.
Por que fazer só o mínimo? Em vez de apenas cumprir, você pode tentar superar seus desafios...

Pense nas questões abaixo:

- Entre as pessoas que você entrevistou, alguém utiliza uma estratégia que você também usa?
- Há alguma estratégia que você acha que não daria certo de jeito nenhum para você? E por que você acha que não daria certo?
- Houve alguma dica de memorização que você achou mais legal? Qual???

Que tal pegar uma caneta marca-texto (aquelas bem fluorescentes, que chamam atenção mesmo!) e marcar, entre as estratégias que você pesquisou, aquelas que você achou mais interessantes?

Ah, lembra que eu falei que tem muita gente que estuda formas de a gente aprimorar nosso jeito de decorar? Tem gente que costuma pesquisar e estudar muuuito para depois divulgar as informações para as pessoas que se interessam em saber. Eles divulgam em revistas. Só que a maioria dessas revistas não têm nas bancas de jornal e nem dá para gente ler com muita facilidade porque eles usam muitos nomes difíceis (que só quem estuda muuuito sobre aquele assunto consegue entender).

Mas para a nossa sorte, sempre tem uma ou outra revista que publica com uma linguagem mais simples o que esses pesquisadores falam com palavras tão esquisitas! Desse jeito todo mundo pode entender e aproveitar as dicas! Eu já li vários textos sobre a nossa memória. *Dá* uma olhada neste daqui, publicado na revista Recreio:

É bem possível que você encontre dicas que ainda não conhece. Então, já vale a pena ler com a caneta marca-texto na mão. Se você encontrar alguma dica nova que você ache legal, é só marcar!

Treine o seu cérebro

Como deixar a mente afiada



Que nosso cérebro é incrível, todo mundo sabe. Mas você sabia que é possível deixá-lo ainda mais poderoso? Basta fazer exercícios mentais que ajudam os neurônios (células que conduzem mensagens dentro do cérebro) a se ligarem entre si, num processo chamado sinapse.

Quanto mais você exercitar o cérebro, mais ligações desse tipo vão se formar. Aí, com um monte de conexões feitas, se torna mais fácil aprender, memorizar e raciocinar. [...]

20 mil é o número de conexões (ou sinapses) que um único neurônio é capaz de fazer com outros neurônios. Quanto mais estímulo essas células recebem, mais elas se ligam entre si!

Memória rápida

O cérebro tem dois tipos de memória: a de curto prazo, que guarda dados por pouco tempo, como o nome de uma rua por onde você quase não passa; e a de longo prazo, que cuida das informações que precisamos lembrar sempre, como saber ler e escrever. [...]

Dividido é mais fácil

Já teve que decorar uma lista de palavras e achou muito difícil? Pode ficar mais simples se você dividi-las em grupos pequenos. [...]

Arquivo poderoso

Nossa memória funciona como uma biblioteca cheia de fileiras de arquivos que podem ser acessados a partir de qualquer estímulo, como um som ou um cheiro. Sempre há espaço para novidades, como a matéria da escola. Mas nem tudo fica guardado para sempre: se uma lembrança fica um tempão sem ser acessada, o cérebro entende que ela não é importante e a memória acaba esquecida.

Memória em dia

Veja que atitudes ajudam a evitar o esquecimento:

- Às vezes você se esquece dos trabalhos da escola? Faça associações!

Por exemplo: se tem um trabalho de biologia para entregar, pense algo como "biologia → corpo → tomar banho". Você vai se lembrar dele quando entrar no chuveiro.

- Esforce-se para decorar o telefone de três amigos em um mês. Nesse período, leia os números e digite no celular sem olhar novamente.

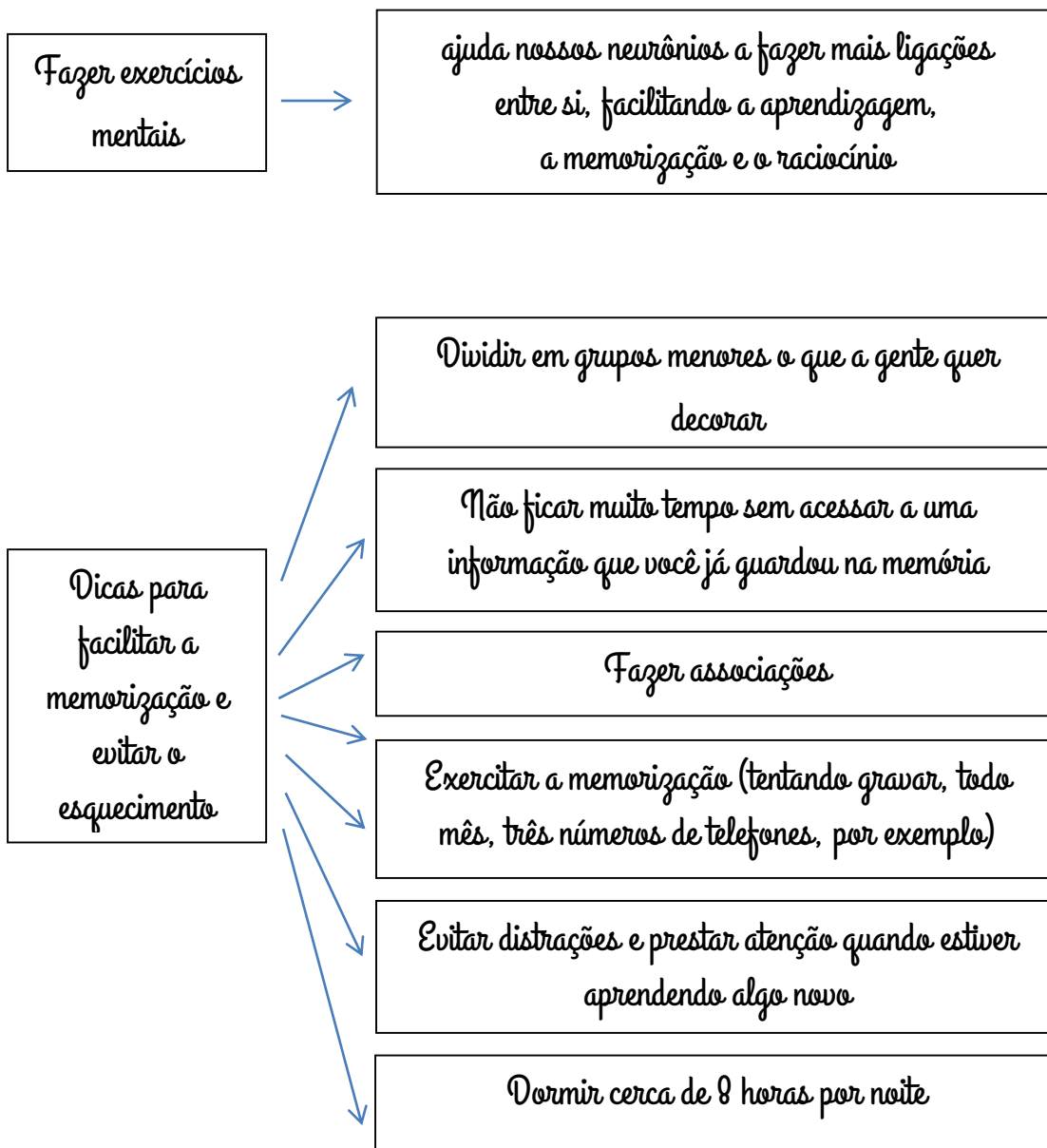
- Sempre preste (muita!) atenção quando estiver aprendendo algo novo. Se você ficar distraído, as informações não serão registradas pelo cérebro e nunca estarão em sua memória.

- Durma cerca de oito horas por noite. É durante o sono que o cérebro organiza as informações que você registrou naquele dia: o que é importante fica guardado na memória e o resto é apagado.

Fonte: http://recreio.uol.com.br/noticias/corpo-humano/treine-o-seu-cerebro.phtml#.VgxIf_nmPLJ (Adaptado para fins pedagógicos)

Gostei bastante dessas dicas! Quando li esse texto até fiz um "esqueminha" para organizar esse montão de informações importantes. Senão fico até perdida! Olhe a próxima página e veja como ficou:

Treinando o cérebro



O nome desse “esqueminha” é **diagrama**. Já ouviu falar dele? Eu gosto muito de organizar as informações de um texto em um diagrama porque já reparei que fica mais fácil de entender. Parece que o jeito que as informações são organizadas deixa tudo mais simples!

Eu peguei aquele textão (será que essa palavra existe? Um texto grande é um textão?? Ah, você entendeu: eu quis dizer “aquele texto grande”...) e organizei as informações de um jeito mais simples, com um novo “visual”. Repare que eu não copiei exatamente como estava no texto, mas escrevi da forma como entendi.

→ Parafrasear: esse é o nome que as pessoas dão para ação de reescrever um texto com outras palavras (sem perder a essência do que foi dito, é claro!)

Organizando as informações dessa forma fica até mais fácil entender o texto e lembrar das dicas para memorizar melhor. É claro que nem sempre eu consigo pôr em prática todas as dicas, mas eu tento e isso é o mais importante!

Marcar o texto e fazer esquemas pode nos ajudar a entender e a gravar as informações mais importantes...

Ahhh, é tão bom saber que existem estratégias que nos ajudam a compreender melhor o que a gente lê! Essas são só algumas delas! Mas existem muitas por aí! Tudo que nos ajuda a fazer algo que queremos fazer, pode ser considerado uma **estratégia**. E tudo que nos ajuda a aprender, pode ser considerada uma **estratégia de aprendizagem**!

É muito importante a gente conhecer várias estratégias e saber quando e como usá-las. Talvez você pense que não conhece muitas... Mas eu tenho certeza que você conhece várias, sim (e ainda pode conhecer outras mais!).

Na verdade, todos nós nascemos com uma capacidade natural de usar estratégias para conseguir o que queremos.

Não acredita? É só olhar para os bebês! Eles nascem sem saber falar a nossa língua, mas quando a fome aperta... rapidinho dão o jeitinho deles! Mesmo que não saibam dizer “*Ei! Alguém*



pode me trazer um leitinho?!”, arrumam um jeito de fazer o recado (“*estou com fome*”) chegar até os adultos. São pequenos, mas não são nem um pouco bobos! Sabem que se ficarem ali paradinhos, sem fazer nada,

nada vai acontecer. Então, abrem logo o berreiro... Você já ouviu a frase “*quem não chora não mama*”? Essa frase mostra que a estratégia usada pelos bebês é bem conhecida e costuma dar certo: quando querem alguma coisa, choram como sirene de ambulância pedindo passagem! E aí logo vem a refeição!

⚠️ Atenção: vale a pena lembrar que a estratégia “chorar para conseguir o que quer”, tão utilizada pelos bebês, não precisa (e nem deve!) ser usada ao longo da vida, viu? #ficaadica

Bem, eu não sei se eles fazem isso “de caso pensado”, sabendo que estão fazendo... Mas o que importa é que fazem. E logo que aprendem que isso dá certo, continuam fazendo...

Então, se **estratégias** são **as coisas que a gente faz para alcançar nossos objetivos**, não há dúvida: todos somos estrategistas desde pequenos, já que, desde pequenos, fazemos coisas para conseguir o que queremos!

Isso quer dizer que você pode se orgulhar: você também é...

...um “**estrategista nato**”!

→ (Que nasceu assim.)

É. A gente já nasce sabendo que para conseguir o que queremos não podemos ficar parados, temos que fazer alguma coisa: temos que agir, que escolher as melhores estratégias. O problema é que quando somos bem novinhos conhecemos poucas estratégias... É ao longo da vida que vamos aprendendo novos caminhos para chegar onde a gente quer.

Coisas que todo bom estrategista deve saber

Conforme vamos crescendo, vamos pegando experiência e começamos a perceber que não dá para usar a mesma estratégia para tudo: uma estratégia que funciona para uma coisa, pode não funcionar para outra... Ou então aquela que sempre funcionou, pode, de repente, não funcionar mais...



É por isso que o legal é a gente ir aprendendo um monte de estratégias novas... E não ter medo de mudar, quando

perceber que o que a gente anda fazendo não tem colaborado tanto para a gente alcançar a nossa meta. Ou seja:

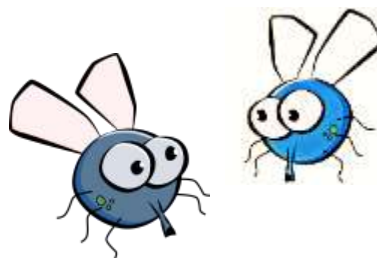
Todo bom estrategista deve saber que uma mesma estratégia não serve para resolver todos os problemas. Ele deve escolher a melhor estratégia para cada situação.

Todo bom estrategista tem que pensar em outra estratégia quando a que ele escolheu não estiver dando muito certo.

Se você quer se tornar um bom estrategista, fique ligado nessas informações “que todo bom estrategista deve saber”! Essas partes, explicam de forma resumida o que foi dito até agora. Vale a pena circular esses 2 parágrafos ou marcar essas partes com caneta marca-texto. Que tal?

Outro dia, li um texto que me fez refletir sobre essa necessidade de estar aberto para mudar de estratégia quando for necessário:

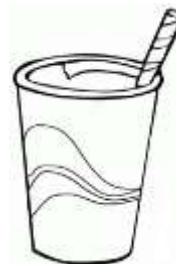
As duas moscas



Contam que certa vez duas moscas caíram em um copo de leite. A primeira era forte e valente, assim logo ao cair nadou até a borda do copo, mas como a superfície era muito lisa e ela tinha suas asas molhadas, não conseguiu sair. Acreditando que não havia saída, a mosca desanimou, parou de nadar e de se debater e afundou.

Sua companheira de infortúnio, apesar de não ser tão forte era tenaz, continuou a se debater, a se debater e a se debater por tanto tempo, que, aos poucos o leite ao seu redor, com toda aquela agitação, foi se transformando e formou um pequeno nódulo de manteiga, por onde a mosca conseguiu, com muito esforço, subir e dali levantar voo para algum lugar seguro.

Tempos depois a mosca, por descuido ou acidente, novamente caiu no copo. Como já havia aprendido em sua experiência anterior, começou a se debater, na esperança de que, no devido tempo, se salvaria. Outra mosca, passando por ali e vendo a aflição da companheira de espécie, pousou na beira do copo e gritou:



— *Tem um canudo ali! Nade até lá e suba por ele.*

A mosca tenaz não lhe deu ouvidos, baseando-se na sua experiência anterior de sucesso, continuou a se debater e a se debater, até que, exausta afundou no copo cheio...

...de água.

<http://www.vidanet.org.br/mensagens/as-duas-moscas>
(Autor desconhecido - Adaptado)



Se você quiser assistir a essa história, recontada de uma forma bem engraçadinha, pode conferir o vídeo que está disponível em

<https://www.youtube.com/watch?v=0mzfgS41cx8>

Viu só?! Não é porque uma estratégia deu certo uma vez, que a gente pode repetir tudo da mesma forma **sem analisar a nova situação!**

Um bom estrategista deve saber avaliar bem o que está acontecendo antes de pensar em quais estratégias pretende usar.

As moscas fizeram isso? Elas foram boas estrategistas? Vamos analisar...

Como acontece na maioria das histórias, esse texto que você acabou de ler mostra:

- uma situação ou problema que precisa ser resolvido;
- o que os personagens fazem para tentar resolver o problema;
- o desfecho da situação (se conseguiram ou não resolver o problema). → (o final)

No texto “as duas moscas”, o primeiro problema que precisa ser resolvido é bem claro: as mosquinhas caíram no copo de leite e tinham que arrumar um jeito de sair de lá para não morrerem afogadas.

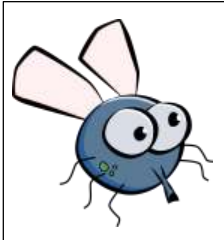
Vamos pensar sobre a estratégia que cada uma usou?

Nesse momento, pense apenas nas estratégias usadas pela primeira mosca e imagine o que você teria feito no lugar dela. Tire suas conclusões e complete a ficha a seguir com o seu parecer: você acha que ela é uma boa estrategista?

(“Parecer”: opinião de alguém especializado.)

Vamos lá! Não me deixe sozinha nessa tarefa de “avaliar estratégia de mosca”!

“Ficha de análise e avaliação estratégica”



Situação: queda no copo de leite.

Estrategista avaliada: primeira mosca.

Característica: forte e valente.

Objetivo: sair do copo de leite e se salvar.

Estratégia escolhida: nadar até borda e tentar subir pelo copo.

Parecer do avaliador: _____

Escreva nessas linhas se você acha que ela foi “boa estrategista” ou “péssima estrategista”.

● A estratégia que a primeira mosca escolheu deu certo?

Sim, ela saiu “vivilha da Silva” daquela terrível situação!

Não, a coitadinha até conseguiu chegar à borda, mas não atingiu seu objetivo (que era sair do copo e se salvar).

• Por que a estratégia não deu certo?

• O que a mosca fez ao perceber que sua estratégia não estava dando muito certo?

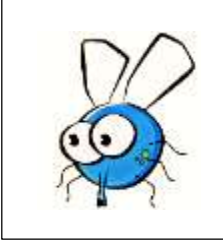
• Se estivesse no lugar dela (imagine que você é uma mosca, tá?!), você teria feito a mesma coisa? O que você teria feito? Você teria outro “plano”?

Você não precisa responder por escrito... Responda mentalmente e confira as respostas*** no final da próxima página!

Atenção: observe que são três perguntas. Você pode responder mentalmente, mas deve responder as três, hein!

Vamos agora pensar nas atitudes da segunda mosquinha... Vamos fazer duas fichas, já que ela passou por duas situações complicadas...

“Ficha de análise e avaliação estratégica”



Situação: queda no copo de leite.

Estrategista avaliada: segunda mosca.

Característica: tenaz.

Objetivo: sair do copo de leite e se salvar.

Estratégia escolhida: não desistir e continuar se debatendo até conseguir sair.

Parecer do avaliador: _____

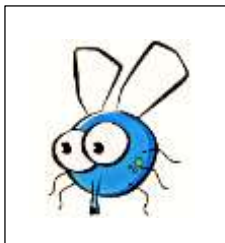
Você sabe o que é tenaz? Depois de ler a história, diga: qual é, possivelmente, o significado dessa palavra?

Confira**** na próxima página!

Você acha que ela foi uma boa estrategista ou não? Por quê?

Escreva sua opinião na ficha.

“Ficha de análise e avaliação estratégica”



Situação: queda no copo de água.

Estrategista avaliada: segunda mosca.

Característica: tenaz.

Objetivo: sair do copo e se salvar.

Estratégia escolhida: a mesma estratégia utilizada na situação anterior: se debater.

Parecer do avaliador: _____

E agora? Ela escolheu a melhor estratégia?

Qual foi o erro dela, na sua opinião?

Antes de escolher a estratégia mais adequada, todo bom estrategista pensa na situação que vai enfrentar e cria um plano de ação (um plano estratégico), coloca o plano em prática e avalia suas escolhas estratégicas.

***Resposta: Tenaz pode significar perseverante, obstinada, firme no propósito.

***Respostas: A estratégia de nadar até a borda para tentar sair não deu certo, porque a superfície do copo era muito lisa e as asas da mosquinha estavam molhadas. Ao perceber que sua estratégia não estava dando certo, a mosca desistiu: ficou desanimada e parou de nadar e de se debater.

As três atitudes do bom estrategista

Quem é bom estrategista sabe que para enfrentar um problema e ter sucesso na sua missão, é fundamental ter algumas atitudes:

1ª Avaliar suas condições e planejar o que vai fazer para alcançar o que deseja;

2ª Partir para a ação e manter sua vontade de tentar até alcançar o seu objetivo (refletindo constantemente se suas ações estão colaborando para que você se aproxime cada vez mais de sua meta);

3ª Avaliar se seus objetivos foram alcançados ou não.

Essas atitudes também podem ser tomadas quando temos como objetivo **aprender alguma coisa...** Quer ver um exemplo?

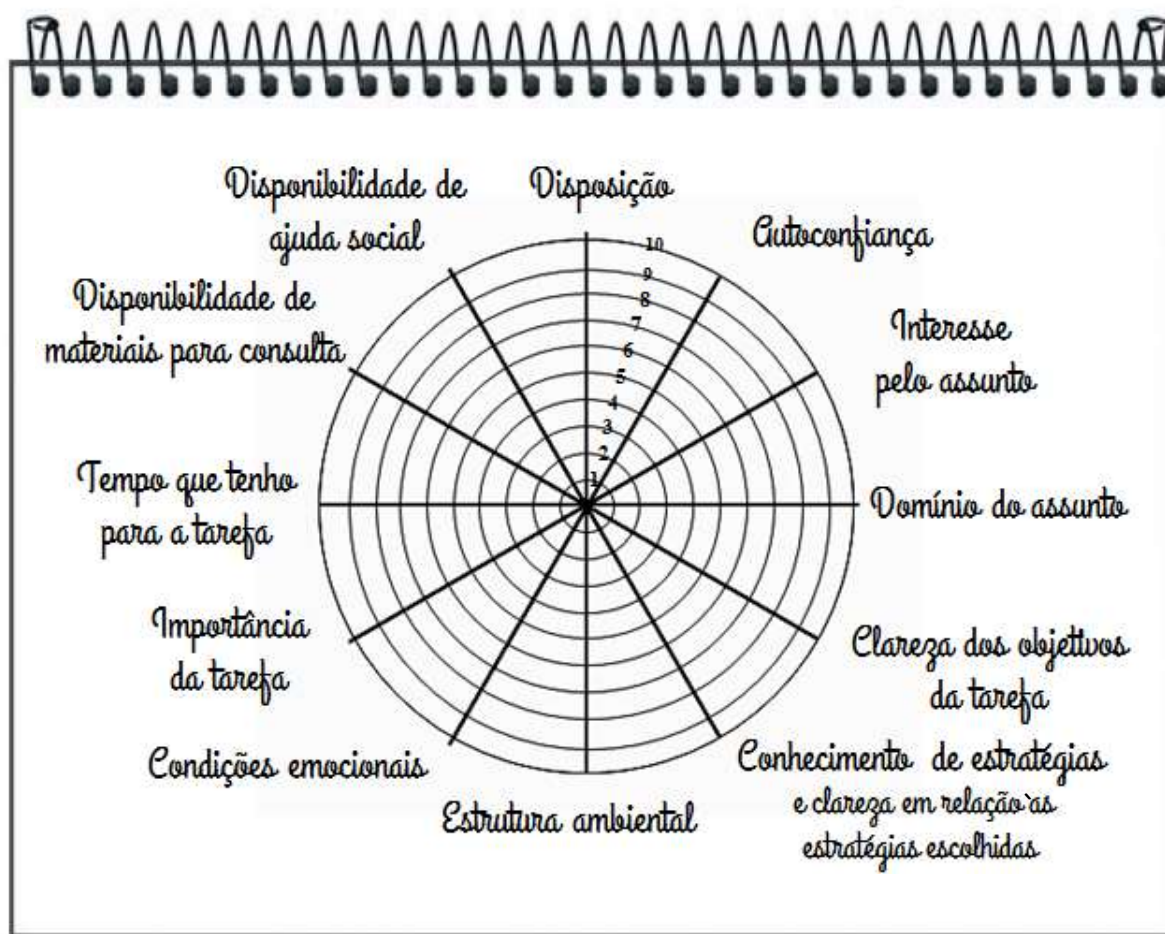
Uma aluna minha, a Natália, descobriu um jeito interessante de se preparar para fazer um trabalho difícil.

Nati, para os íntimos!

Como boa estrategista que é, quando a Nati precisa fazer um trabalho importante para a escola, antes de mais nada, ela **pensa nas suas próprias condições para realizar a atividade.**

A partir de coisas que ela aprendeu navegando em *sites* que dão dicas de estudo, ela criou uma **roda de avaliação** das condições para fazer uma atividade.

A roda funciona assim: ela começa a pensar no quanto está disposta a fazer a atividade, no quanto se sente capaz de cumprir a tarefa, no tempo que ela tem para fazer, se ela tem como pedir ajuda para alguém ou se tem como consultar algum material... Ela pensa em um monte de coisas! **Ela pensa em tudo que ela acha que influencia a forma como ela vai fazer a tarefa.** Ela avalia suas **condições para fazer** o trabalho, dando uma nota (de 0 a 10) para cada uma das coisas que ela avaliou e registra tudo numa folha:



Adaptado da Roda de Aprendizagem disponível no site www.maisaprendizagem.com.br.

Por que você não tenta, algum dia, usar a roda de avaliação da Nati?! Vou te ensinar a usar! É só você fazer algumas perguntas para você mesmo e dar algumas notas de 0 a 10.

Você já assistiu a uma **apuração** de desfile de Carnaval???

Apuração é aquele momento em que cada escola vai saber que nota ganhou pelo seu desfile. As escolas não recebem uma única nota. Elas recebem várias notas para cada coisa que foi avaliada.

Durante o desfile das escolas de samba, os jurados vão dando notas de acordo com cada **quesito**, ou seja, de acordo com cada **item** que eles têm que avaliar: fantasia, alegorias, comissão de frente... Esses são alguns dos quesitos que são julgados durante um desfile de escola de samba.

Saber qual foi a nota em cada quesito é importante para os integrantes de uma escola de samba, pois assim eles podem saber o que eles devem melhorar para o ano seguinte.

Para **avaliar suas condições para realizar uma atividade**, você também deve dar notas para cada quesito. Mas esses quesitos – é claro! – não são os mesmos de uma avaliação de desfile de Carnaval. Você deverá dar notas para outros quesitos...

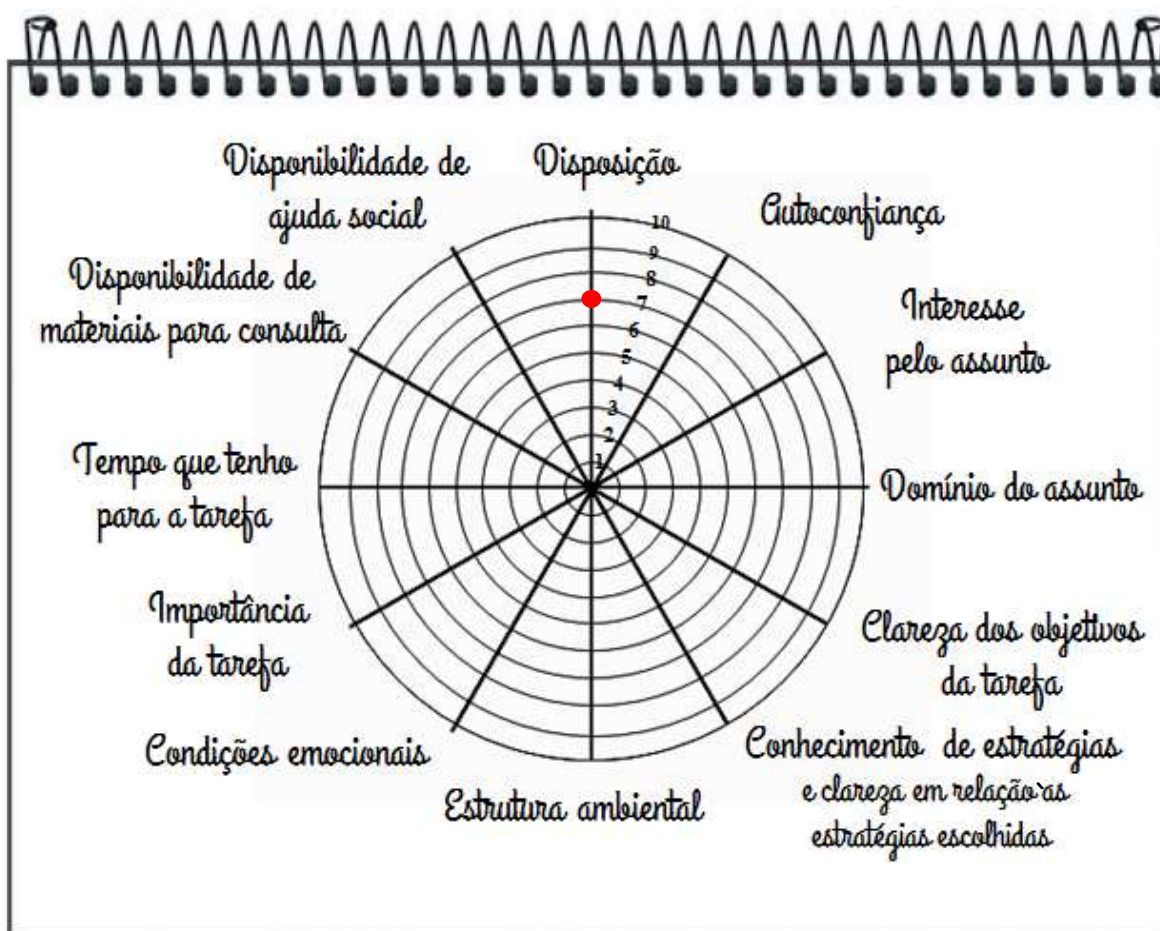
<i>Disposição</i>	<i>Condições emocionais</i>	<i>Conhecimento de estratégias</i>
<i>Autoconfiança</i>	<i>Disponibilidade de tempo</i>	<i>Domínio do assunto</i>
<i>Clareza dos objetivos da tarefa</i>	<i>Disponibilidade de materiais</i>	
	<i>Disponibilidade de ajuda</i>	<i>Interesse pelo assunto</i>
<i>Importância da tarefa</i>	<i>Estrutura ambiental</i>	

Nota para o quesito “Disposição”



- “Estou, nesse momento, disposto e animado para fazer a atividade?”

Faça essa pergunta para você mesmo e dê uma nota para representar o quanto está disposto. Por exemplo: de 0 a 10, sua disposição pode ser 7. Aí é só você fazer um pontinho na parte da roda que representa o 7.



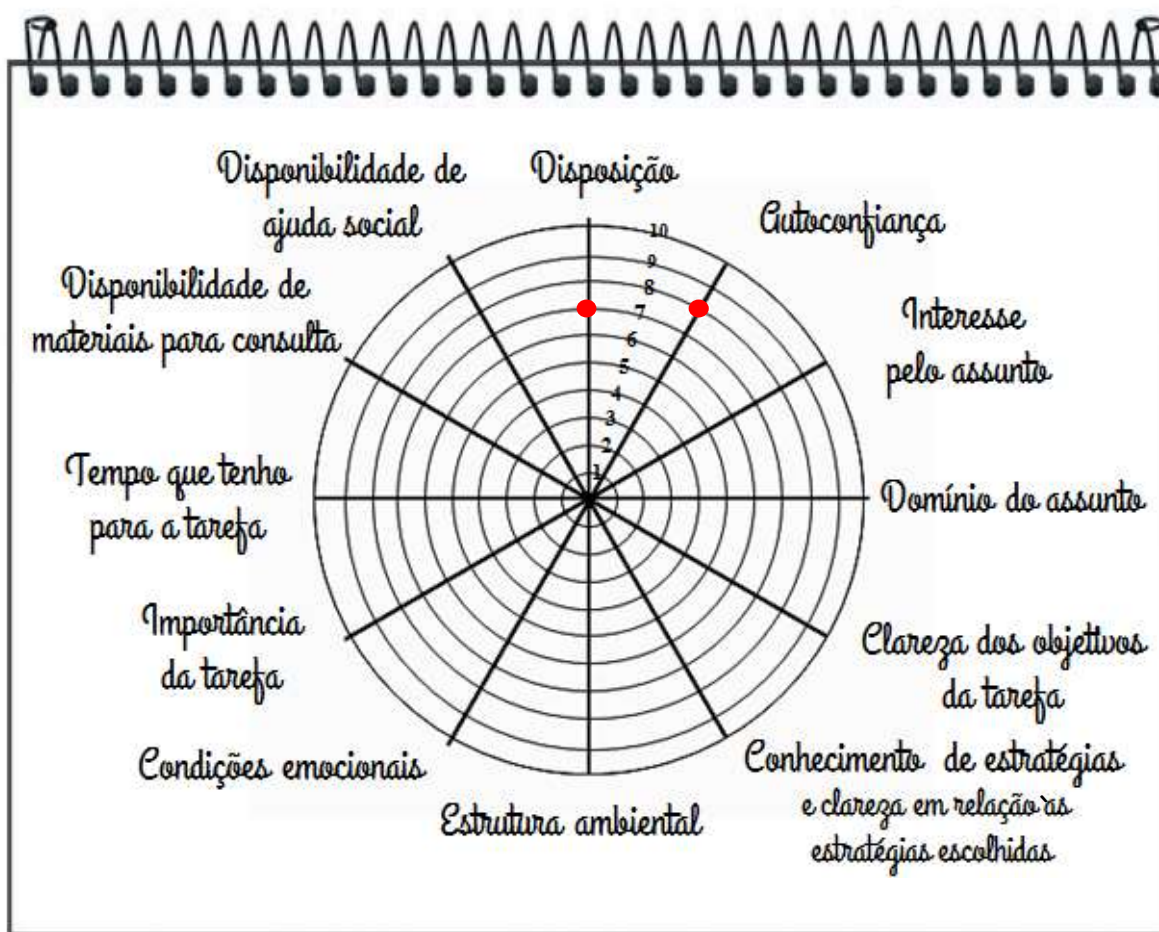
Depois você começa a dar nota para o próximo quesito...

Nota para o quesito “Autoconfiança”



- “Me sinto confiante de que sou capaz de fazer a tarefa?”

Se você der, para sua autoconfiança, a nota 8, por exemplo, sua roda ficará assim:



Ter confiança e acreditar na sua capacidade de fazer a tarefa é muito importante para que você, de fato, consiga fazer o deseja! Quando a gente sabe que é capaz, a gente se anima e fica bem menos preocupado. Com menos preocupação, sobra mais espaço na cabeça para a gente se dedicar à tarefa!

Não duvide da sua capacidade de conseguir fazer alguma tarefa! Às vezes, a gente acha que uma atividade é muito difícil, quase impossível de fazer, mas, na verdade a gente já fez outras bem parecidas e deu conta direitinho...



(O prêmio Pulitzer é dado aos escritores que fazem trabalhos de excelência.)

Ahhhh, só tenho que te lembrar de que é ótimo estar autoconfiante, mas que, às vezes, uma autoconfiança muito grande pode fazer com que você ache que não é preciso se dedicar muito na atividade... Então, cuidado para não "se achar" muito, hein!!!

#ficaadica



Assim que você avaliar sua autoconfiança, é só começar a fazer outras perguntas para você mesmo, e ir dando nota para os próximos quesitos...

Nota para o quesito “interesse pelo assunto”

- O assunto do texto que eu vou ler ou da tarefa que vou fazer é do meu interesse? De 0 a 10, o quanto eu acho interessante o assunto da tarefa?

Nota para o quesito “domínio do assunto”

- O quanto eu já sei sobre o assunto da tarefa que eu vou fazer? Sinto que sei muitas informações sobre o assunto do trabalho?

Nota para o quesito “clareza dos objetivos da tarefa”

- Eu tenho clareza do que devo fazer na tarefa? Eu entendi a proposta da atividade?

Nota para o quesito “conhecimento das estratégias”

- Eu conheço muitas estratégias que podem ser usadas para conseguir fazer mais facilmente esse tipo de tarefa? Eu já tenho uma ideia de quais estratégias posso usar?

Nota para o quesito “estrutura ambiental”

- **O local onde farei a atividade é adequado? As condições do lugar colaboram para que eu consiga fazer bem a atividade? Sinto que o local é agradável e não tem muitas coisas para me distrair?**

Nota para o quesito “condições emocionais”

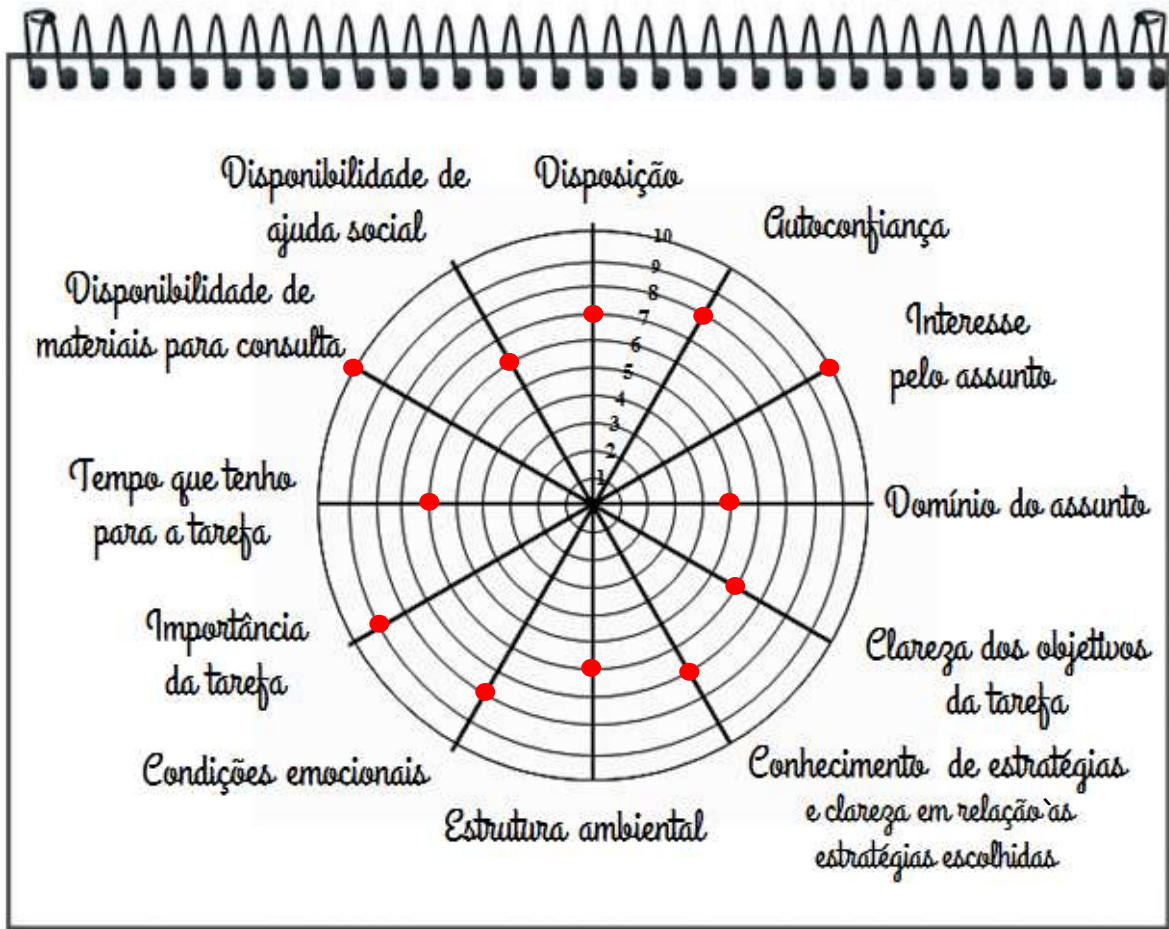
- **Estou me sentindo bem para fazer a tarefa? Estou em condições emocionais e psicológicas para fazer a atividade?**

Notas para os quesitos “importância da tarefa”, “disponibilidade de tempo”, “disponibilidade de materiais” e “disponibilidade de ajuda”

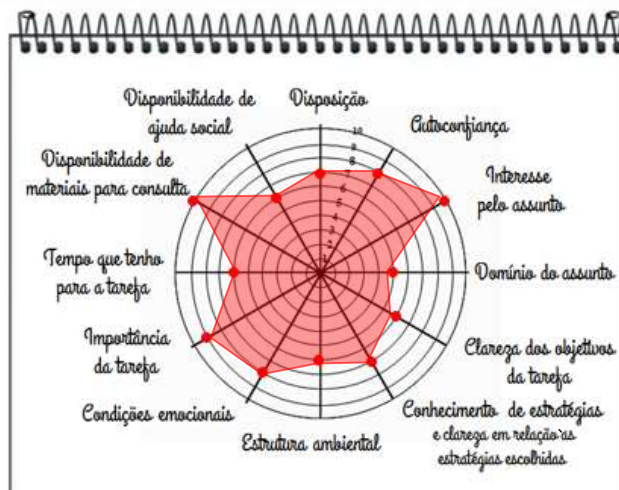
Há outras perguntas possíveis que você pode fazer para te ajudar na hora de avaliar suas condições para realização da tarefa:

- **Acho que a atividade que vou fazer é importante?**
- **Eu tenho tempo suficiente para cumprir a tarefa?**
- **Tenho materiais de consulta por perto?**
- **Tenho como pedir ajuda para alguém?**

Muitas outras perguntas podem ser feitas. Essas são as que a Nati faz para ela mesma e que eu estou sugerindo para você, mas você pode colocar na roda as questões que você achar mais importantes... Você pode criar outros quesitos!



Aí é só ligar os pontos e pintar!



Depois de tudo pintado você terá uma maior clareza de quais são os “pontos fracos” para você conseguir fazer bem a tarefa. Os pontos fracos são aqueles que estão mais próximos ao meio do desenho. Eles estão mais próximos porque tiveram uma pontuação menor na sua avaliação.

A pintura também te ajuda a ter uma visão geral sobre suas condições para fazer a atividade. **Quanto maior for o desenho que você formar, melhores são as suas condições para fazer a tarefa** (e maiores são as chances de que a sua atividade seja bem realizada).

Se o seu desenho sair bem pequeno em relação ao tamanho da roda, significa que você **precisará fazer algumas mudanças antes de iniciar a atividade**. Um desenho pequeno significa que suas condições para realizar a tarefa não são nada boas (mas podem melhorar, é claro!).

Se você colocou uma nota baixa no quesito “domínio do assunto” você pode, por exemplo, procurar algum vídeo sobre o assunto, **antes** de começar a fazer a atividade...

Assistindo a um vídeo ou lendo um texto de fácil entendimento, você começa a tarefa sabendo um pouquinho mais sobre o assunto que ela trata! Não saber muito sobre o assunto não é desculpa para não fazer um bom trabalho.

Nem todo mundo sabe disso... Quer ver só um exemplo? Passe para a próxima página e veja uma tirinha do Calvin que mostra como algumas pessoas agem quando têm que fazer uma tarefa sobre um assunto que não conhecem muito...



<http://revistaescola.abril.com.br/lingua-portuguesa/coletaneas/calvin-seus-amigos-428892.shtml>

(Alguém precisa avisar para o Calvin que “pesquisar” é tarefa importante para qualquer trabalho!)

Se o quesito “clareza dos objetivos” estiver baixo, você pode ligar para um colega ou pedir que o seu professor explique novamente que tipo de atividade ele pediu. Se você estiver fazendo uma pesquisa ou alguma atividade que você mesmo escolheu fazer (não foi ninguém que te pediu), pense bastante sobre o seu objetivo ao fazer a atividade.

Se a “estrutura ambiental” não estiver boa, você pode, por exemplo, escolher outro espaço, pedir silêncio das pessoas que estão no mesmo local, desligar a TV ou o celular, ligar o ventilador, ou fazer qualquer mudança no ambiente que te ajude a se sentir mais confortável para fazer a tarefa.

E se você não estiver se sentindo emocionalmente bem? Tem dias que a gente não está muito legal, não é verdade? Às vezes a gente está triste, magoado com alguém, nervoso,



preocupado com alguma coisa... O que fazer nessas horas??? Bem, se você puder fazer a atividade em outro momento, talvez valha a pena passar a tarefa para depois... Mas deixar

para fazer mais tarde não é a única opção e normalmente não é a melhor... Ficar passando tarefa para depois pode te deixar bastante enrolado.

Então, o que pode ser feito? Você pode procurar um amigo ou desabafar com alguém de confiança... Pode tentar se acalmar antes de começar a tarefa... Pode tentar resolver primeiro o problema que te preocupa ou se convencer a se desligar dele por um tempinho... O que não é uma boa ideia é começar a fazer uma atividade com a cabeça em outro lugar!



E se você achar que tem pouco tempo para fazer a tarefa? Ora, se esse for o caso, você pode perguntar para o seu professor se ele pode dar um tempo maior. Outra opção é

você acelerar um pouco mais que o de costume, diminuir seu nível de exigência e evitar perder tempo com as partes do trabalho que não são tão importantes. Por exemplo: algumas pessoas gastam tanto tempo fazendo uma capa bonita para o trabalho que acaba não tendo tempo de caprichar no que é mais importante: o conteúdo!

Você também precisa se perguntar se o tempo é que é curto, ou você que não está conseguindo arrumar um “espacinho na sua agenda” para a fazer a tarefa que precisa ser feita...



Se você sente que pode precisar de ajuda para fazer a tarefa, mas não tem gente por perto para te ajudar, você pode convidar um ou mais colegas para estudar com você!



O que importa é você saber, que antes de fazer uma tarefa **você precisa saber suas reais condições e melhorá-las, se for possível!**

A roda que a Nati criou para verificar as condições para fazer uma tarefa é bem legal, não acha? Você pode criar seu próprio modo de avaliar suas condições, mas se você, como eu,

adorou essa forma, é só tirar uma cópia da “roda de avaliação” e deixar perto dos seus materiais de estudo.

Nas últimas páginas desse livro você vai encontrar um modelo dessa roda...

Tire algumas cópias e use sempre que precisar!

Pensando em um bom plano

Depois de avaliar as suas condições, você pode começar a pensar em um plano!

Você se lembra de que uma das perguntas que você precisava se fazer era “**Eu tenho clareza do que devo fazer na tarefa?**”. Saber claramente o seu objetivo é fundamental! Um



bom estrategista, antes de começar a fazer alguma coisa, pensa em uma meta, em um objetivo. Ele pergunta... **O que eu quero alcançar?** Às vezes, o seu objetivo é terminar de fazer o dever de casa ou conseguir revisar toda a matéria até o dia da prova. Seu objetivo pode ser, por exemplo, “aprender algo novo sobre os dinossauros”. Pode ser qualquer objetivo. O que importa é que ele esteja bem claro para você!

Depois de pensar bem sobre o que você quer alcançar ou onde quer chegar, é hora de escolher um caminho. Isso é **planejar**. É pensar em **como você pode alcançar o seu objetivo**.



Tome cuidado para você não escolher um objetivo tão difícil de atingir, a ponto de te desanimar a tentar! **Pense em objetivos que sejam possíveis de se alcançar.** Se sua meta estiver realmente muito longe, lembre-se das dicas que já vimos quando falamos sobre “espantar a preguiça” (lá na página 108): do mesmo jeito que você pode dividir suas tarefas em várias



tarefinhas, você pode dividir sua meta em metas menores e ir tentando alcançar uma a uma. Por exemplo, se sua meta é Matemática, comece a pensar em um objetivo menor, mais específico: *“meu objetivo é aprender frações”*.

Depois pense nas coisas que você vai fazer para alcançar sua meta. Ler a explicação de um livro, assistir a um vídeo e fazer 10 exercícios por dia são exemplos de atitudes que você pode incluir no seu **plano de ação!**

Colocando em prática o plano de ação

Só planejar não basta. Você deve colocar seu plano em prática.



Não adianta planejar que vai estudar todo dia um pouquinho...

.... e depois ficar só deitado ou vendo TV.



Parta para ação, mas não esqueça de sempre se perguntar **se suas atitudes estão colaborando para que você alcance seu objetivo**. Se você estiver percebendo que não estão, faça mudanças no seu planejamento até você conseguir pensar em **um plano que realmente possa cumprir**. Quanto mais cedo você descobrir que suas estratégias não estão dando resultado, menos tempo você perde. Se o seu plano inicial não estiver dando certo, parta para o famoso “plano B”!

Eu conheço vários alunos que tinham dificuldades para estudar e não conseguiam ir muito bem nas matérias da escola. Mas, aos poucos, foram **aprendendo a aprender**: mudaram algumas atitudes, pensaram em “planos” de ação e hoje já conseguem “dar conta do recado” e muito bem! Um desses alunos, me ensinou uma frase bem legal:

“Se o plano A não deu certo, fique tranquilo:
o alfabeto tem mais 25 letras!”

Então, já sabe: se você ainda não descobriu a melhor forma de chegar aonde você quer, mude quantas vezes for necessário, só não vale “jogar a toalha”, só não vale desistir antes de encontrar o caminho!

Tenha cuidado também para não desanimar no meio do trajeto... Não adianta escolher a estrada certa, mas não conseguir manter a vontade de caminhar por ela! Use todas as estratégias que você aprendeu para **manter a sua força de vontade**... Sei que, assim, você vai conseguir atingir os seus objetivos, sejam eles quais forem. Se a sua meta for *aprender*

mais sobre algum assunto, não deixe que nada diminua o seu desejo de “chegar lá”!



Não se esqueça de conversar muito com você e falar tudo o que for preciso para te ajudar a se manter motivado e “focado” naquilo que você está fazendo. Se precisar, recorra ao que você escreveu nas páginas 99 e 100!

Avaliando os resultados...

Depois de planejar e colocar em prática, é hora de parar um pouquinho para pensar se você conseguiu ou não atingir seus objetivos e, principalmente, o porquê de os objetivos terem sido alcançados ou não.

O resultado de um planejamento pode te ajudar na hora de elaborar *novos planos* para alcançar *novos objetivos*.

Sabe essa história de que “a gente aprende com a experiência”? Um dia ouvi que, na verdade, a gente não aprende com a experiência. A gente aprende mesmo é **pensando sobre a experiência** que a gente passou! Até que faz sentido, não é mesmo? Por isso é que é tão importante parar para pensar sobre os resultados das suas ações.

Pense se você está satisfeito com o resultado do planejamento que você pôs em prática. Se estiver, você pode

tentar seguir o mesmo caminho em situações parecidas. Por exemplo: se você viu que tentar resolver 10 exercícios, todos os dias, te ajudou a aprender Matemática, você pode fazer 10 atividades de Português por dia, se precisar melhorar nessa matéria também.

Se você tentou colocar algum plano em ação e percebeu que não alcançou seu objetivo, fique tranquilo, é só tentar outra vez, utilizando uma outra estratégia...



Você sabe que artista é esse que está representado no desenho? O nome dele é Raul Seixas! Ele é o cantor e um dos compositores da música “Tente outra vez”, que fez bastante sucesso na década de 70 e é conhecida por muita gente até hoje. Você conhece a letra dessa canção? Vale a pena pesquisar e ouvir!

Não existe receita infalível para o sucesso, você é que terá que tentar encontrar a sua. Uma hora você vai descobrir que estratégias costumam funcionar melhor **para você** em cada situação...

“Master Chef”: em busca da receita do sucesso



Você não vai encontrar em nenhum livro uma “receita” prontinha para fazer você “aprender a aprender melhor”. Isso porque essa *receita perfeita* que agrada a todos não existe, afinal, “cada um tem seu gosto”. Isso significa que para saborear o gostinho do sucesso, você vai ter que fazer como os grandes chefes de cozinha: misturar os ingredientes que você conhece e inventar seus próprios “pratos”.

Se você acha que isso é difícil, vou te dar duas boas notícias: a primeira é que “você está com a faca e o queijo na mão”, ou seja, você tem tudo para conseguir criar receitas incríveis para o seu sucesso! Sabe por quê? Ora, porque você conhece uma grande variedade de ingredientes e, por isso, tem muitas opções para montar seu prato!

A outra boa notícia é que existem alguns ingredientes que têm agradado muitas pessoas e costumam ser encontrados em muitas receitas boas que a gente vê por aí... Ao usar esses ingredientes, você aumenta as chances de conseguir fazer a sua própria “receita do sucesso”.

Na vida de estudante, **ter sucesso** significa não só tirar boas notas ou passar de ano, mas **conseguir aprender** o que quiser aprender. Cada pessoa pode encontrar a sua própria forma de fazer com que isso aconteça. Com você não é diferente: eu tenho certeza de que, usando como ingredientes as dicas que você aprendeu e outras que você ainda vai aprender ao longo da sua vida, você poderá criar suas “receitas” e sentir muitas vezes o “gostinho do sucesso”. Quem sabe, a tarefa de aprender ganhe, ainda, um “sabor especial”?!

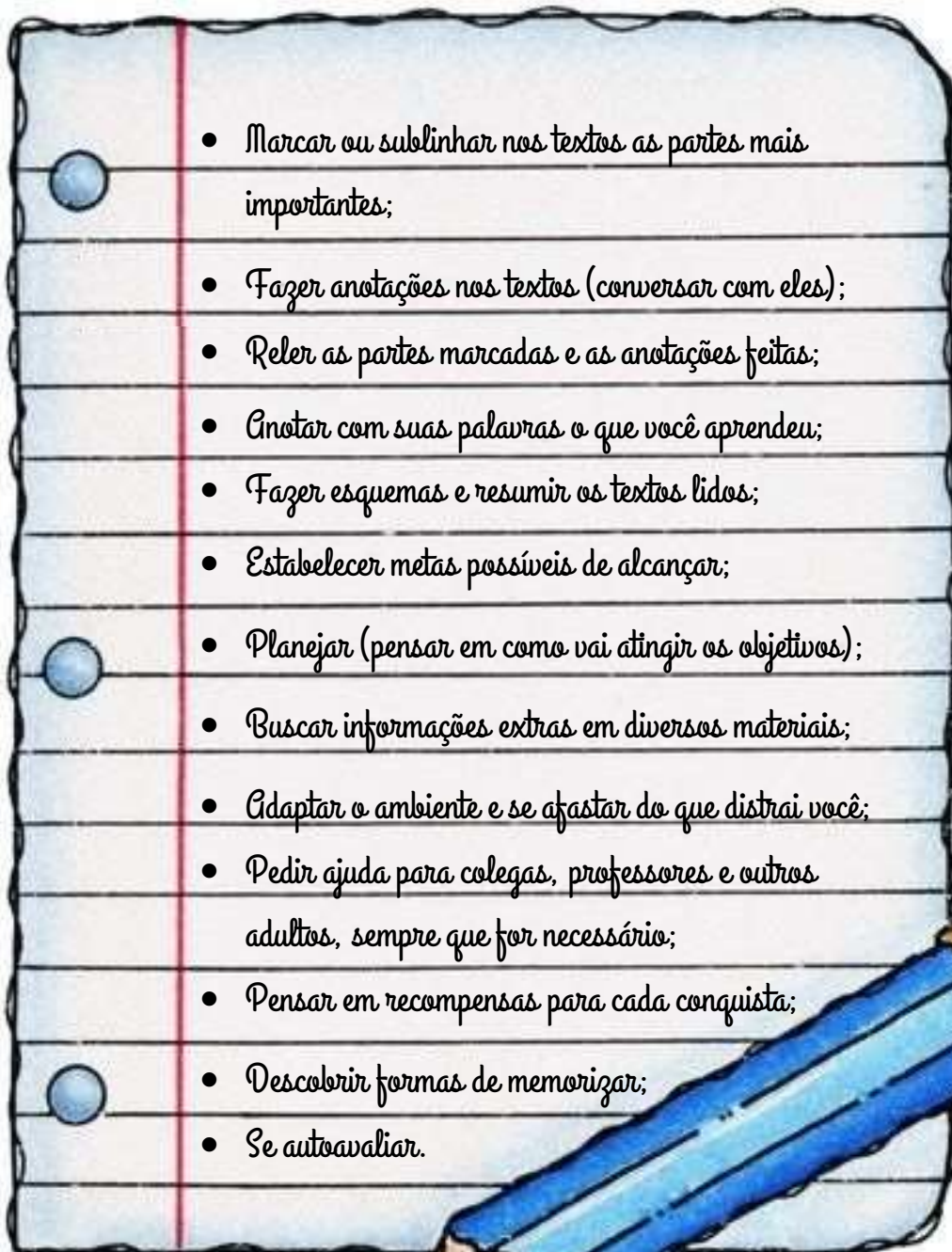
Assim como existem vários ingredientes que costumam ser muito usados pelos bons chefes de cozinha, existem dicas de estudo que são muito utilizadas pelos estudantes mais experientes. Algumas delas você viu nesse livro. Essas dicas têm ajudado tantos alunos, que muitos consideram que elas são...

...  **UPER DICAS!**



Super dicas: lembre-se delas!

Nessa nossa conversa (que já está chegando ao fim) você descobriu várias dicas de como estudar e aprender melhor, não é mesmo? Reveja, abaixo, algumas dessas “super dicas”:

- 
- Marcar ou sublinhar nos textos as partes mais importantes;
 - Fazer anotações nos textos (conversar com eles);
 - Rer ler as partes marcadas e as anotações feitas;
 - Anotar com suas palavras o que você aprendeu;
 - Fazer esquemas e resumir os textos lidos;
 - Estabelecer metas possíveis de alcançar;
 - Planejar (pensar em como vai atingir os objetivos);
 - Buscar informações extras em diversos materiais;
 - Adaptar o ambiente e se afastar do que distrai você;
 - Pedir ajuda para colegas, professores e outros adultos, sempre que for necessário;
 - Pensar em recompensas para cada conquista;
 - Descobrir formas de memorizar;
 - Se autoavaliar.

Além de aprender as três atitudes do bom estrategista (planejar, colocar o plano em ação e avaliar), você viu muitas dicas que podem te ajudar a ter sucesso na sua aprendizagem, não é mesmo?!

É bom conhecer todas essas dicas porque, como vimos, não existe uma única estratégia que sirva para todas as ocasiões. E já que a gente tem que escolher qual a mais adequada para cada situação, nada melhor que conhecer um monte delas! Conhecendo muitas, a gente tem mais opções para escolher.

Ah, e lembre-se: você já conhecia e usava estratégias, aprendeu mais algumas depois desse nosso “papo sobre estudar” e terá a vida toda para aprender muitas outras (com você e com os outros)... A gente aprende a cada dia... Cada dia é dia de aprender! Hoje mesmo eu descobri uma estratégia nova para estudar, você acredita?

Eu aprendi que quando lemos algum texto muito grande, podemos fazer uma lista dos principais assuntos e construir um **sumário** (como os que aparecem no início dos livros, sabe?), informando em qual página podemos encontrar cada assunto. Assim, quando a gente precisar rever o conteúdo daquele livro para estudar, vai ficar bem mais fácil lembrar onde estão as informações que a gente precisa!

Por falar em **sumário**...

... Você reparou que no início desse livro não tem nenhum? Que tal a gente construir juntos? Folheie o livro que você acabou

de ler e **escreva em que página começa cada “capítulo”**. Vai ser uma boa oportunidade de você rever um pouquinho de tudo que a gente conversou nesse tempo que passamos juntos... E quando ficar com vontade de rever alguma dica, é só ir lá no sumário que você vai achar rapidinho!

E então, vamos construir juntos?

Sumário

Olá!.....	<input type="radio"/>
Aprender a resumir não foi fácil!.....	<input type="radio"/>
A gente aprende com a gente.....	<input type="radio"/>
Começando a investigação.....	<input type="radio"/>
Estudar = aprender?.....	<input type="radio"/>
Assistir = participar?.....	<input type="radio"/>
#eunaaula.....	<input type="radio"/>
Hora de estudar!.....	<input type="radio"/>
Como você estuda?.....	<input type="radio"/>
Dever de casa: até quem mora em apartamento tem que fazer!....	<input type="radio"/>
#partiupesquisar #partiuaprender	<input type="radio"/>

- O que não está bom a gente pode melhorar!
- Distrações... Como evitar?
- Batendo um papo com você mesmo.
- Na torcida.
- E o prêmio vai para... mim!
- Liberte-se da preguiça e parta para a ação!
- A gente aprende com a gente e com um monte de gente.
- Decoreba não é comigo! (Mas, às vezes, bem que eu preciso!)...
- Coisas que todo bom estrategista deve saber
- As três atitudes do bom estrategista
- Pensando em um bom plano
- Colocando em prática o plano de ação
- Avaliando os resultados...
- “Master Chef”: em busca da receita do sucesso
- Super dicas: lembre-se delas!

Bônus!!!

Ei! Lembra que eu prometi colocar nas últimas páginas do livro o modelo da roda de avaliação da Mati? Pensou que eu tivesse esquecido, não foi? Pois eu não esqueci, não! O modelo da roda está na próxima página, a última desse livro.

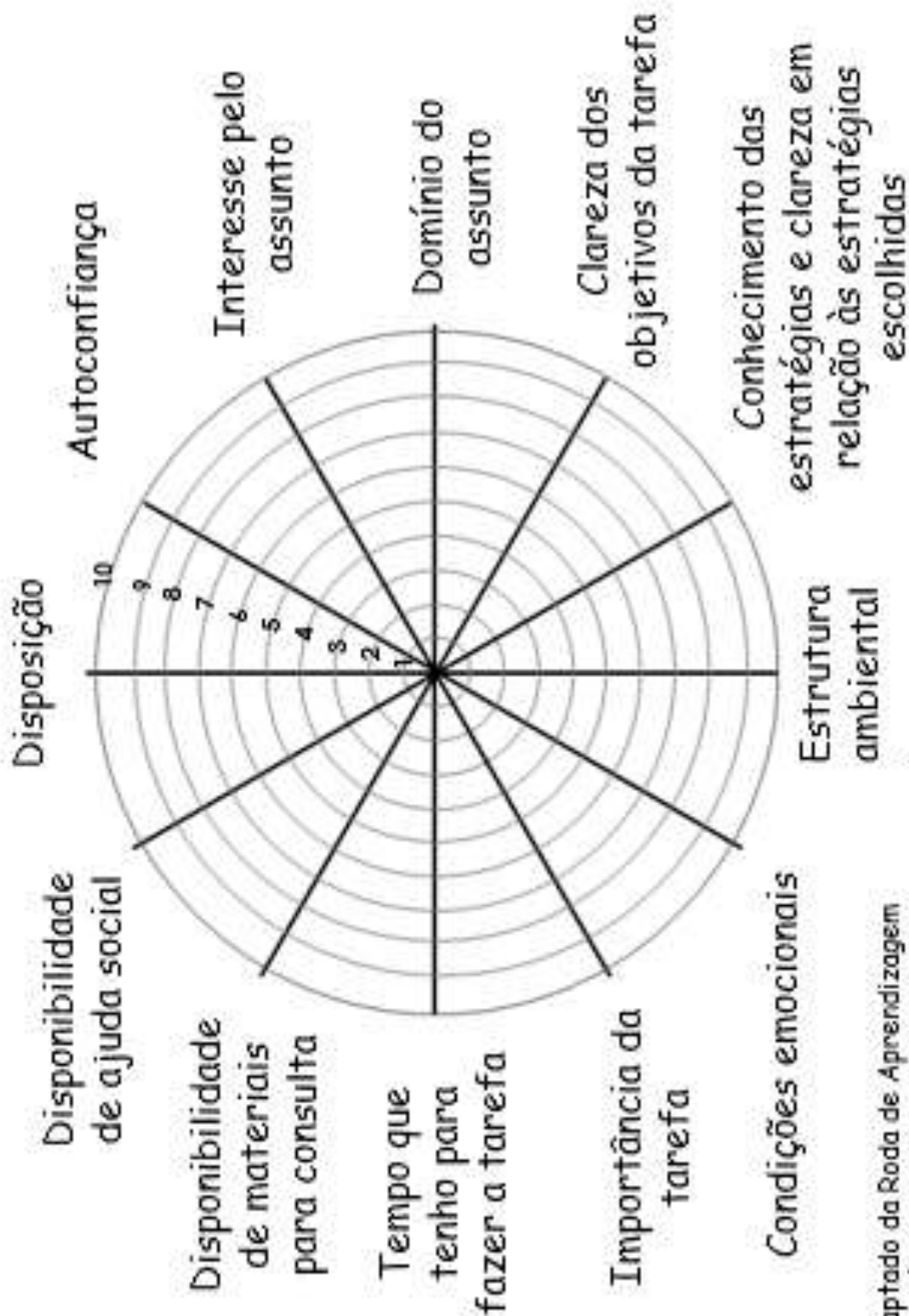
Eu preparei também mais uma coisinha para você... Eu falei tanto sobre a importância de estudar e de descobrir formas de nos ajudar aprender melhor e te dei tantas dicas que acabei ficando doidinha de vontade de ver você colocando algumas delas em prática... Vamos começar a estudar?!

Eu não quero te deixar sozinho nessa... Preparei duas sugestões de roteiro de estudo. Quero propor que você comece a estudar por um *estudo dirigido*. São sugestões de atividades que você pode fazer quando for ler textos e estudar sobre qualquer assunto. Eu escolhi dois textos para essas tarefas, mas você pode fazer o mesmo tipo de atividade com outros textos, é só seguir a proposta do roteiro ou criar outros roteiros para você!

E como eu sei que começar não é tarefa fácil para ninguém, vou sugerir que você não comece sozinho... Preparei as atividades para você estudar com seus amigos! Que tal montar um grupinho de estudo e reunir uma galera para embarcar com você nessa missão de estudar e aprender??? Convide uns amigos e encare o desafio de ler os textos e responder às perguntas do “Caderno de Atividades para estudar com os amigos”. Compartilhe com eles as dicas que você aprendeu! Eles certamente terão muitas coisas para ensinar também. Você vai ver que mais gostoso que aprender, é aprender junto com as pessoas que a gente gosta!

Modelo da roda de avaliação da Nati

AUTOAVALIAÇÃO DAS CONDIÇÕES PARA REALIZAR A TAREFA:



Adaptado da Roda de Aprendizagem
Disponível no site www.maisaprendizagem.com.br