

***O Ministério da Educação (MEC) mapeou os hábitos dos melhores alunos em duas das provas que aplica com regularidade – o Saeb, cujo objetivo é aferir o nível dos estudantes no ensino básico, e o Enade, que mira os universitários.***

*Monica Weinberg*

O resultado é uma nova cartilha que esclarece o que funciona na rotina de bons alunos de todas as faixas etárias, como Beatriz Salles, de 11 anos, e Vítor Villar Silva, de 17 – a dupla que aparece ao lado. Além de listar os hábitos que os campeões brasileiros nas duas provas em questão têm em comum, o atual estudo teve como mérito o fato de mensurar o impacto desses hábitos no desempenho escolar. Do levantamento – devidamente comentado por especialistas – é possível extrair conclusões sobre algumas das dúvidas mais frequentes dos pais: de quanto tempo uma criança deve reservar para os estudos em casa a até que ponto, afinal, se recomenda que ela seja amparada em seus deveres. Eis o que revelam as duas pesquisas, em cinco tópicos.

## ***ELE QUER SER ENGENHEIRO QUÍMICO***

Vítor Villar Silva, 17 anos, passa cinco horas na escola e quatro no cursinho pré-vestibular: ele compensa o excesso de estudo com a prática de atividades físicas no pouco tempo livre. "Depois de tantas horas trancado na sala de aula, só mesmo uma ida à academia para relaxar a mente." Ele e outros bons estudantes rendem melhor assim



*Alexandre Schneider*

## **1. HORAS DE ESTUDO**

**O que dizem as pesquisas:** o hábito de dedicar-se aos estudos em casa pelo menos uma hora por dia tem impacto positivo nas notas: elas são, em média, 30% mais altas do que as dos estudantes que não fazem o dever de casa

**Comentário:** prestar atenção nas aulas pode ser suficiente para um bom desempenho nas provas – mas seguir com os estudos em casa é o que faz a diferença a longo prazo

### **Práticas que funcionam, segundo os especialistas:**

- Orientar os filhos para que evitem estudar à noite. As pesquisas comprovam que o rendimento é pior
- Evitar excessos. Para crianças entre 7 e 10 anos, estudar mais de duas horas por dia em casa é exagero – sem benefício comprovado ao desempenho escolar. A partir dos 11 anos, o volume de matéria justifica separar de duas a três horas para as tarefas em casa
- Ter boa oferta de livros na biblioteca de casa e dispor de um espaço onde a criança possa dedicar-se aos estudos (de preferência livre do som da televisão) são dois fatores que ajudam nas notas
- Se a criança der sinais de exaustão, incentive-a a fazer uma pausa antes da conclusão da lição

### **LEITORA VORAZ**

A estudante Beatriz Salles, 11 anos, da 7ª série do ensino fundamental, faz aulas de inglês, alemão, balé e artes: apesar dos dias lotados, ela reserva um tempo para um dos hábitos que melhoram o desempenho escolar. "Leio um livro atrás do outro", diz a menina



*Roberto Setton*

## **2. LEITURA**

**O que dizem as pesquisas:** os melhores alunos lêem seis livros por ano, além dos indicados pela escola, e cultivam o hábito de comprar jornais e revistas – os maus estudantes afirmam não ter lido um único livro no ano anterior

**Comentário:** a leitura não obrigatória – aquela sem nenhum vínculo com as tarefas escolares – é a que as pesquisas indicam surtir mais efeito positivo à formação dos estudantes: o hábito estimula a capacidade de compreensão de textos e a expressão oral, o que se reflete em todas as disciplinas

## Práticas que funcionam, segundo os especialistas:



*Blend Images/Getty Images/RoyaltyFree*

- Comprar livros adequados à idade dos filhos, para que lhes despertem interesse genuíno, e de bom nível literário
- Deixar os livros ao alcance das crianças, de modo que tenham fácil acesso a eles

- Ter sempre em casa jornais e revistas – e puxar assunto sobre algumas das notícias do dia
- Incluir uma visita a livrarias no roteiro do fim de semana

## 3. ATIVIDADES FORA DA ESCOLA

**O que dizem as pesquisas:** os melhores alunos fazem pelo menos um curso extracurricular

**Comentário:** não há dúvida de que esse tipo de atividade – esportiva ou intelectual – contribui para a formação dos estudantes, mas o excesso delas sempre atrapalha

## Práticas que funcionam, segundo os especialistas:

- Limitar as aulas extras a duas horas por dia – com um intervalo entre elas
- Alternar na agenda atividades físicas e intelectuais. O rendimento será melhor nos dois casos

## 4. USO DO COMPUTADOR

**O que dizem as pesquisas:** nas escolas brasileiras, até agora os computadores não ajudaram, mas seu uso em casa tem claro impacto positivo no aprendizado – os melhores estudantes recorrem ao computador quase diariamente

**Comentário:** com a internet, os estudantes estão diante de uma inesgotável fonte de informações – algumas delas úteis, outras não. Cabe aos pais orientá-los a fazer o melhor uso da tecnologia



*Peter Cade/Iconica/Getty Images*

## **Práticas que funcionam, segundo os especialistas:**

- Iniciar as crianças no uso da internet: é dos pais a tarefa de lhes apresentar as melhores ferramentas para pesquisa
- Delimitar o tempo de lazer em frente ao computador: até uma hora por dia é o ideal, segundo estudos

## **5. PARTICIPAÇÃO DOS PAIS**

**O que dizem as pesquisas:** esse é um dos fatores que mais têm influência sobre o desempenho dos estudantes – as notas melhoram cerca de 10% quando os pais estão atentos à rotina escolar dos filhos

**Comentário:** embora a família deva ser mais ativa durante a infância, fase fundamental à criação de bons hábitos de estudo, sua participação na vida escolar ainda continua a fazer diferença mais tarde

## **Práticas que funcionam, segundo os especialistas:**

- Tentar estar sempre por perto na hora da lição. Caso seja acionado, dê sugestões para a resolução da questão – nunca a resposta pronta
- Procurar saber um pouco de tudo: do que a criança aprendeu naquele dia à organização de sua mochila. É uma maneira de dar sinais de que está atento ao que se passa na escola
- Conversar na mesa de jantar sobre alguns dos temas das aulas