



## **Como organizar o tempo de estudos para o vestibular?**

Não existe fórmula mágica de estudos para passar no vestibular, mas são variadas as estratégias, roteiros, planos e pequenas dicas valiosas que orientam o estudante neste momento decisivo da vida. Organizar o tempo é um dos primeiros passos do processo.

### **Qual o número de horas ideal para se estudar?**

Professores de cursinhos afirmam que o ideal é estudar de três a seis horas por dia, fora as aulas. "Para quem vai prestar medicina ou algumas instituições especiais, como ITA (Instituto Tecnológico de Aeronáutica), é diferente: oito horas de estudos em casa, depois do cursinho pela manhã", recomenda Edmilson Motta, coordenador do Curso e Colégio Etapa. Em geral, os especialistas orientam os alunos a manter este ritmo durante a semana. Aos sábados, estuda-se até o meio da tarde e o domingo é dia de descanso.

É preciso, também, considerar a situação do vestibulando. Existem aqueles que estão no último ano do ensino médio, outros fazem só cursinhos pré-vestibular (ou ambos ao mesmo tempo). Há os que trabalham e os que não podem fazer o preparativo.

Os alunos que estão terminando o ensino médio, na maioria dos casos, precisam dedicar parte do tempo à escola. O presidente do Instituto Henfil, Mateus Prado, diz que, neste caso, o estudante pode concentrar no primeiro semestre a dedicação ao terceiro ano. Outra opção é dividir o tempo que destinaria ao estudo para o vestibular, segundo Alberto Francisco do Nascimento.

Para o candidato trabalhador, os professores recomendam aproveitar todo o tempo livre possível. "Neste caso, é preciso estudar sábados e domingos e aproveitar todos os momentos para ler, quando estiver no transporte público, por exemplo," afirma Motta, do Etapa.

O candidato que vai estudar por conta própria terá mais trabalho já na disposição do tempo. Segundo Nascimento, esta pessoa deve dividir o calendário de segunda a sexta-feira, sábado e domingo, estabelecendo dias e horários em que vai estudar cada matéria. Nesta organização, é preciso considerar o peso entre as disciplinas e quais são as mais difíceis para ele. Uma boa maneira de identificar seus pontos fracos e fortes é tentar resolver as provas de vestibulares dos anos anteriores, sugere Prado, do cursinho Henfil. Os conteúdos das disciplinas podem ser obtidos com livros emprestados, em bibliotecas e pela internet.

### **Como distribuir as horas de estudos em casa**

A melhor maneira apontada pelos professores especializados para dividir o tempo de estudos realizados por conta própria é seguir o roteiro das aulas do cursinho. "No período em que for estudar em casa, o ideal é fazer exercícios relativos às aulas que teve anteriormente, para verificar os conhecimentos adquiridos, consolidá-los, e marcar dúvidas", afirma Vera Lúcia da Costa Antunes.

"Geralmente, cada aula do cursinho dura 50 minutos. É raro o estudante ser tão organizado a ponto de conseguir repetir os mesmos 50 minutos em casa", afirma Motta, do Etapa. O professor alerta para que se evite gastar mais tempo e dedicação a algumas disciplinas, em detrimento das outras. "Existe uma tendência de estudar mais a área de exatas, por conta dos exercícios".

A orientação para estudar em casa os mesmos conteúdos das aulas daquele dia é válida para o momento de apresentação dos conteúdos. "Depois, no período de revisão (que pode ser maior ou menor, dependendo do cursinho ou escola), é melhor estudar as matérias em que os alunos têm mais dificuldade", recomenda Motta.

Outro ponto importante é a pausa para descanso. "Quando cansar, o estudante deve parar um pouco, de 30 minutos a uma hora de descanso", afirma Vera. Este tempo pode ser aproveitado para uma atividade física ou artística, que proporcione prazer, contribuindo para a recuperação do cansaço.