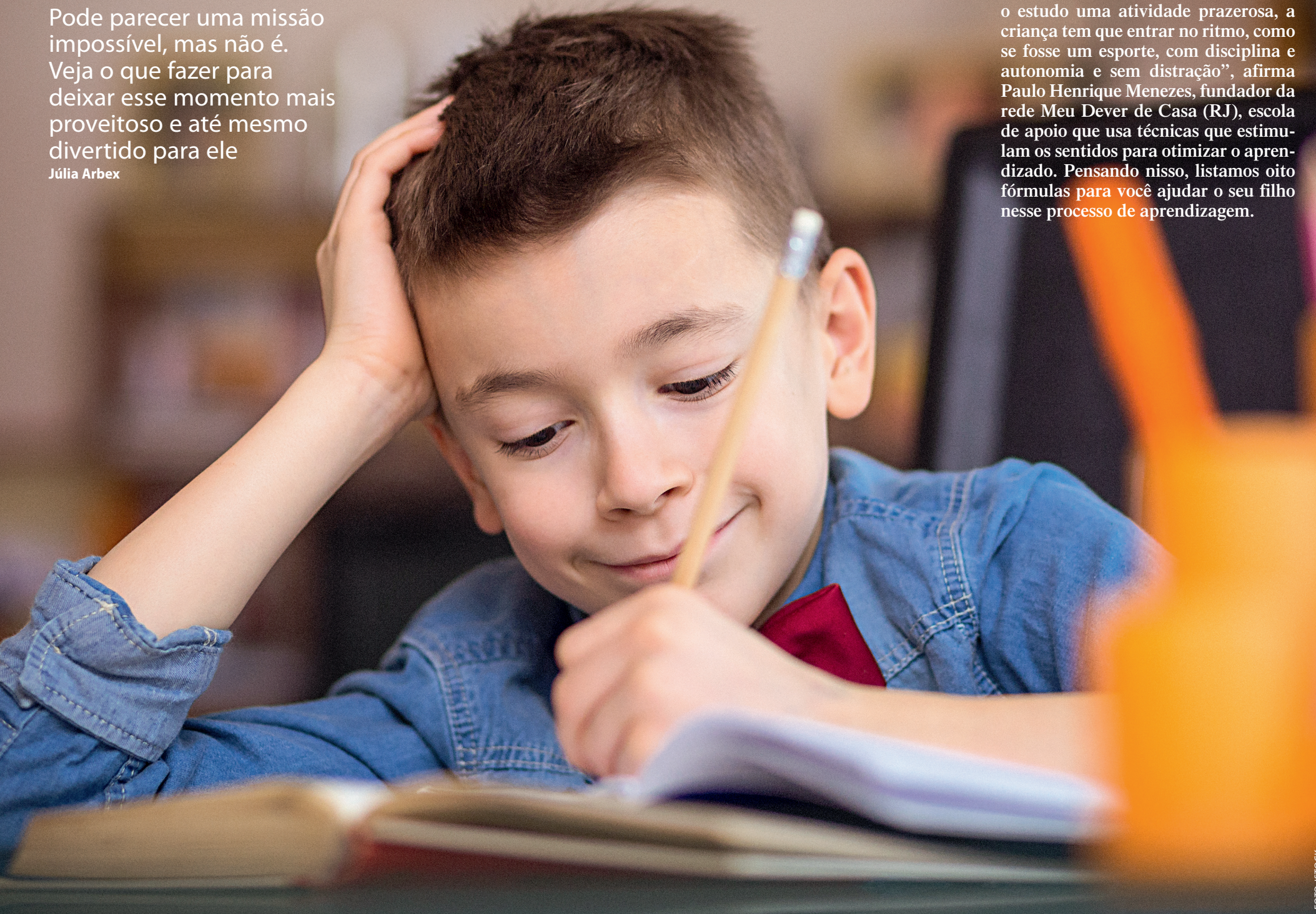


# 8 dicas para seu filho gostar de estudar

Pode parecer uma missão impossível, mas não é. Veja o que fazer para deixar esse momento mais proveitoso e até mesmo divertido para ele

Júlia Arbex



**P**arar de brincar para fazer as lições de casa e estudar para as provas é motivo de “chororô” e reclamação para a maioria das crianças e um pesadelo para os pais. A preocupação é ainda maior quando o desempenho escolar não é dos melhores. “Para tirar notas boas e tornar o estudo uma atividade prazerosa, a criança tem que entrar no ritmo, como se fosse um esporte, com disciplina e autonomia e sem distração”, afirma Paulo Henrique Menezes, fundador da rede Meu Dever de Casa (RJ), escola de apoio que usa técnicas que estimulam os sentidos para otimizar o aprendizado. Pensando nisso, listamos oito fórmulas para você ajudar o seu filho nesse processo de aprendizagem.

## 1 Ambiente diferente

É difícil para a criança relacionar que o lugar de diversão, como a sala, também pode ser um espaço de estudo. Por conta disso, Menezes aconselha criar um novo ambiente. “Ter um cantinho isolado, como um escritório, para fazer as lições de casa e estudar para as provas é essencial para o bom desenvolvimento do aluno”, afirma. Uma mesa só pra isso resolve.

## 2 Afaste os vilões

Se o celular, a televisão e a comida conseguem tirar o nosso foco, imagina de uma criança e de um adolescente! “Tenha a certeza absoluta de que qualquer filme, rede social ou cheirinho de comida é mais convidativo do que estudar português, química ou gramática. Por isso, quando seu filho for estudar, tire de perto tudo que possa distraí-lo e só devolva quando ele acabar. Só assim ele vai realmente conseguir prestar atenção”, diz o profissional.

## 3 Preparo e disposição

Por mais boa vontade que você tenha em ajudar seu pequeno, nem sempre isso é possível. Afinal, a correria do dia a dia cansa a gente, né? “Quando chegamos do trabalho, é normal não lembrarmos mais daquela matéria (que estudamos há anos) ou não termos paciência para ensinar. Por isso, intercale entre você e seu marido ou você e seu filho mais velho quem vai ajudar em cada dia.”

## 4 Aprendendo de verdade

Mais do que decorar fórmulas e frases, é primordial absorver o aprendizado. E apontar as respostas para a criança não vai ajudá-la neste processo. “Para treinar o pequeno a pensar, o indicado é fazer com que

ele encontre as soluções dos problemas por si só e não dar as respostas de bandeja. Se quiser, claro, aponte os caminhos para ele chegar à conclusão sozinho”.

## 5 Estudar antes

Suponhamos que a criança passe cinco horas por dia na escola. Se tirarmos as matérias que ela não precisa focar tanto, como educação física, ela estuda cerca de 20 horas por semana. Imagina então estudar todas as matérias apenas uma vez por mês ou somente quando vai ter prova. Impossível absorver tudo, né? Por isso a tendência é tirar notas baixas.

## 6 Tempo de estudo

“Até os 12 anos de idade, a criança não consegue ficar mais de 40 minutos focada. Por isso, recomendo que os pais deem um pulinho no quarto a cada 15 minutos para checar o que ela está fazendo. Depois, o poder de concentração aumenta e o adolescente consegue ficar até duas horas estudando. No vestibular, mais ainda.”

## 7 Como começar

Para o seu filho não reclamar que precisa fazer lição, que tal fazer um aquecimento divertido? “Dê um passatempo para ele, como palavras cruzadas ou sudoku. Isso vai estimular a produção de dopamina, que aumenta a capacidade de concentração.”

## 8 Cronograma ideal

Não é produtivo estudar a mesma matéria por mais de três dias seguidos, pois o cérebro passa a decorar o que leu e não absorver de fato. “Se a criança tiver dez matérias para estudar, o ideal é que ela leia apenas duas por dia. Tem mais dúvida de português ou matemática? Estude cada uma intercalando os dias”, recomenda.