

# Estudar: qual o segredo?

COMO IR BEM NA ESCOLA APRENDENDO DE VERDADE

Um guia de estudos completo  
com dicas e métodos eficazes.

# Estudar: qual o segredo?

COMO IR BEM NA ESCOLA APRENDENDO DE VERDADE

Um guia de estudos completo  
com dicas e métodos eficazes.



ilustrações de ROGÉRIO COELHO

## aprendendo a aprender

- 10 | a última prova
- 12 | como o ano começou
- 15 | hora de formar grupos
- 17 | enrolação
- 20 | caso de enfermagem
- 22 | piripaque na educação física
- 25 | prisão domiciliar
- 27 | liberdade provisória
- 30 | esclarecendo tudo
- 32 | tirando o atraso
- 35 | ajustes
- 36 | fechando as contas
- 39 | e lá vai o ônibus...

## na escola

- 42 | preciso mesmo assistir à aula?
- 43 | por que não dá para faltar toda hora
- 45 | já que está na escola, é melhor aproveitar
- 46 | como sei que estou entendendo a matéria
- 49 | o que precisa ir para o caderno
- 50 | não entendi!
- 52 | professor: precisa ser aliado
- 54 | o que fazer se você não se entender com o professor
- 55 | quem é o resto da equipe

## lição de casa

- 60 | por que precisa fazer lição de casa?
- 62 | copiar dos outros não adianta





- 63 | ordem na casa
- 66 | livros podem ajudar muito
- 68 | internet do bem!
- 70 | por onde começar a navegar
- 72 | bibliotecas ainda têm muito a oferecer
- 73 | não deixar a matéria acumular
- 74 | estudar com os amigos pode dar certo
- 77 | pode não parecer, mas o estudo tem tudo a ver com sua vida
- 79 | treinamento geral
- 82 | ninguém sabe tudo!

## hora h

- 86 | qual sua estratégia para fazer a prova?
- 88 | questão de tempo
- 91 | vale a pena colar?
- 92 | trabalhos escritos
- 95 | redação não é um bicho de sete cabeças
- 99 | como fazer o trabalho em grupo dar certo
- 101 | dá para recuperar uma nota ruim
- 103 | o que fazer quando a prova é mais séria

## extracurricular

- 106 | comer e dormir direito
- 108 | quantas horas de sono são necessárias?
- 109 | bebedeiras que detonam
- 111 | o corpo também precisa de exercícios!
- 112 | ler coisas que não sejam da escola
- 113 | cada linguagem no seu lugar
- 115 | problemas ao seu redor
- 117 | busca do equilíbrio

## A AVENTURA DE ESTUDAR

Fernanda Wendel

Ainda me lembro bem... Eu saindo de uma prova de história, na sexta série – que hoje chamam de sétimo ano –, superbrava por ser obrigada a estudar aquela matéria. Detestava ter que saber tantos nomes e datas, e vivia me perguntando: “Pra que vou precisar disso na vida?”. Os anos se passaram e veio aquela famosa decisão: o que vou fazer da vida? Acabei cursando Jornalismo e... adivinha? Saber história me ajudou muito na profissão.

Quinze anos depois daquela prova, decidi fazer uma mudança radical: passar do Jornalismo para a Medicina. O que eu precisei fazer então? Estudar de novo, claro. Rachar mesmo! O trauma da vez passou a ser física. Jurava para mim mesma que, terminados os exames do vestibular, nunca mais estudaria aquela matéria, principalmente a parte de eletricidade. Paguei minha língua: na primeira semana do curso de medicina tive que rever todas as equações de diferença de potencial elétrico.

É engraçado pensar como aquelas informações que me eram passadas no colégio pareciam tão inúteis. Pode ser que os professores (não todos, justiça seja feita!) não conseguissem mostrar como tudo aquilo era importante e o quanto eu era privilegiada de ter acesso àquele uni-

verso interminável. As coisas que a gente aprende na escola ajudam muito a formar nossas opiniões, nossos valores, nosso modo de pensar. Claro que não me refiro apenas ao que a gente vê dentro da sala de aula, mas a todo o convívio que existe nos corredores e no pátio do colégio. É a hora em que a gente está se formando, como um prédio em construção. Se a estrutura não estiver sólida, é muito capaz de o edifício desabar no futuro.

É difícil enxergar isso quando a gente está metido na situação. Talvez você só se lembre de agradecer o seu professor de física quando perceber, lá para frente, que sem fluxo elétrico a gente não pensa, o coração não bate e os músculos não se contraem. A gente só aprende a dar valor para escola quando se dá conta de que a insistência dos professores e da sua família para você estudar tanto foi um presente enorme: você ganhou conhecimento. Não importa muito como ele será usado na sua vida, se você vai virar músico, arquiteto, eletricista, astronauta ou bombeiro.

O fato é que ter conhecimento faz o mundo ficar mais interessante, as coisas que aparentemente eram chatas ganham um colorido e uma graça toda especial. Se eu não tivesse estudado tanto no colégio, provavelmente não teria conseguido realizar esses sonhos tão malucos, que eram contar histórias para os outros e entender como o ser humano funciona. Continuo estudando (muito, muito, muito!) e acho incrível chegar no final de cada dia e ter aprendido uma coisa nova. É como se fosse uma aventura, que não acaba nunca, em que vou descobrindo quantas coisas bacanas existem para ser exploradas.

Com este livro espero que você também encare a escola como uma grande aventura. Claro que existem pontos mais chatos e trechos mais difíceis. Mas tudo se torna mais legal se você não encarar o estudo como uma obrigação, e sim como um presente.

O livro começa com a história de quatro amigos que estão na escola, como você. Uns adoram estudar. Outros, nem tanto... Eles têm sua vida fora do colégio, como todos nós. E eles precisam aprender a lidar com

suas limitações e dificuldades para terminar o ensino fundamental e começar o ensino médio.

Algumas situações contadas na história desses amigos acontecem de verdade. Aproveitando o exemplo delas, fiz um guia com dicas para tentar ajudar a sua vida escolar. Não existe uma fórmula mágica para ir bem na escola e passar de ano, nem para entrar numa faculdade concorrida, como Medicina. Mas alguns toques podem ajudar você a se organizar e, quem sabe, ter mais prazer em estudar.

Boa aventura para você!

# Aprendendo a aprender

Antes de falarmos nas técnicas de estudo, vamos acompanhar a história de uma turma... Danilo, Cláudia, Vanessa e Rodrigo estão na mesma classe. São adolescentes como você. Isso quer dizer que – igualzinho a você – eles precisam estudar. Mas cada um lida de um jeito com essa obrigação. Veja só...





## a última prova

A zona e a barulheira que tomavam conta da sala sumiram num toque de mágica. Assim que a professora tirou o bolo de provas de dentro do envelope, todo mundo ficou calado. Quase dava para escutar a respiração preocupada de alguns. Afinal, era a última prova do ano, e muita gente dependia dela para poder sair tranquilamente de férias. Se a nota fosse um desastre, adeus, acampamento de formatura! O verão seria dentro de uma sala de recuperação abafada, enquanto alguns sortudos estariam por aí, sem nada para fazer.

Cláudia precisava tirar no mínimo 7. Quem sabe com isso o conselho de classe a passasse de ano sem recuperação – afinal, ela tinha conseguido melhorar muito desde o 2,25 que tirou na primeira prova do ano. Rodrigo, seu namorado, estava um pouco mais sossegado. Bastava um 4,75 e era só partir para as férias! Passava de ano, mas sem ter muita noção do que havia sido ensinado – desde abril o malandrão estava se safando sem estudar, só colando dos outros.

Ele devia muita nota à Vanessa, uma das suas principais fontes de cola. No fundo, ela sabia que Rodrigo só era seu “amigo” para poder colar nas provas. Mas era o modo que ela tinha para se enturmar. Ela trocava todas as suas notas boas para ocupar o lugar de Cláudia: ter um namorado e ser popular na escola. Em vez disso, era a menina-certinha, que sempre tinha média 8. Não era nem feia nem bonita, não se destacava em nenhum esporte, não andava com roupas da moda, seu cabelo era comprido, mas não tinha metade do brilho que o cabelo de Cláudia tinha e nem tirava notas espetaculares a ponto de os professores saberem seu nome de cor.

Já o nome de Danilo estava na ponta da língua de todos os professores, coordenadores, orientadores e diretores do colégio. Todo mundo conhecia o seu rosto, sempre escondido atrás daqueles óculos enormes, e o cabelo cortado bem rente à cabeça, no estilo militar. Ele dizia que era para economizar tempo e não ter que se pentear. A moldura do cabelo curtinho dava um aspecto ainda mais redondo à sua face, que já estava meio gordinha desde o começo da adolescência. O físico realmente não era seu forte, mas o cara arrasava em quase todas as matérias. Já tinha ganhado olimpíadas de ciências e de matemática. Era campeão no xadrez. Só faltava vencer um concurso de redação – o seu eterno calcanhar de aquiles.

– A prova dura 50 minutos. A partir de agora, nada de conversa. Podem começar!

Danilo achou os testes quase uma piada. Não precisou nem de meia hora e logo estava saindo da escola. Vanessa já se sentia um pouco nostálgica com o final do ano. Ela não tinha mais que se preocupar com o ensino fundamental: já tinha carimbado seu passaporte para o ensino médio. Mas aquele tinha sido o ano mais bacana da escola até agora. Era a primeira vez que ela fazia amigos no colégio e tinha medo de que, depois do acampamento, nenhum deles ligasse para ela durante as férias. Ficava sempre se perguntando se aquelas pessoas realmente só a procuravam em busca de colas nas provas. Como não teria mais provas nas férias, será que as pessoas sentiriam sua falta?

Rodrigo, como sempre, copiou tudo o que podia naquele dia. Achava que suas técnicas para não ser pego colando tinham funcionado mais uma vez. Saiu da escola estufando o peito dentro da camiseta justa que adorava usar para parecer

maior do que realmente era. Cláudia foi a última a sair da sala, quando o cronômetro da professora já marcava 52 minutos de exame. A prova ainda tinha espaços em branco. Não deu para segurar as lágrimas – o verão estava fadado a uma longa recuperação.

## como o ano começou

Em março, quando as aulas ainda estavam no começo, Cláudia tinha prometido a si mesma que não chegaria a dezembro devendo tanta nota como nos anos anteriores. Pela primeira vez queria tirar férias completas. Seus pais já haviam prometido que, se ela se livrasse da recuperação, a família passaria um mês inteiro na praia, sem contar a viagem para o acampamento de formatura do ensino fundamental.

Ela bem que tentou. Estudou muito mais do que costumava estudar. Chegava da escola, almoçava e ia direto para o quarto. Deixava a TV ligada só para dar uma olhada no que estava passando. Seu material de estudo ficava ao lado do computador – assim, enquanto estudava, aproveitava para checar quem estava *on-line*.

Além disso, seu coração estava superbem – ela e Rodrigo finalmente começaram a namorar. Os dois ficavam desde o sétimo ano. Durante as últimas férias haviam trocado alguns e-mails, dizendo como sentiam saudades um do outro. Aí a coisa deslanchou! Era a primeira vez que Cláudia namorava a sério, estava se sentindo realizada. Ainda mais com um cara tão popular como o Rodrigo! Todas as meninas do colégio queriam ficar com ele. Agora isso seria uma exclusividade sua.



Cláudia achava que ele era bem mais maduro do que os outros garotos da sua escola. Ele era muito independente, saía quando queria, usava um *piercing* na sobrancelha e já tinha até cortado o cabelo moicano. Não era como os *nerds* do colégio!

Tudo parecia em ordem – ela estava conseguindo fazer lição de casa todos os dias, copiava tudo o que a professora dava em aula e começou a estudar para a primeira prova três dias antes, em vez de deixar tudo para a véspera. Por isso não entendia como tinha tirado aqueles míseros 2,25. E o pior é que ela tinha saído da prova com a certeza de que tinha garantido pelo menos um 6. Ainda tentou discutir com a professora e ver se conseguia descolar mais um pouquinho de nota. Mas não teve jeito – quando a professora fez a correção da prova na classe, ela se deu conta do quanto tinha viajado. Foi até engraçado.