



**COLÉGIO NOSSA SENHORA CONSOLATA**

INSTITUTO IRMÃS MISSIONÁRIAS DE NOSSA SENHORA CONSOLADORA

Av. Imirim, 1424 - Imirim | CEP 02464-200 | São Paulo - SP  
www.colegioconsolata.com.br | consolat@colegioconsolata.com.br | (11) 2238.4848  
f /ConsolataOficial



Ano Nacional da Família

## A lição de casa e hábito de estudo saudável

Um lindo mês de março a todos vocês!

Aproveitando o início do ano, vamos conversar sobre um assunto que é inerente ao desenvolvimento pedagógico de todo educando e necessário durante todo o ano letivo: a lição de casa!

Que bom que podemos contar com esse recurso de fixação para a vida de nossos estudantes. Além de reforçar o processo de aprendizagem, é mais uma maneira de proporcionar um momento da criança com os seus pais. Uma das principais funções da lição, inclusive, é contribuir para a integração e interação entre aluno, professor e família. Por meio dela, é possível saber o que está acontecendo em sala de aula, qual o conteúdo que está sendo trabalhado e qual o grau de dificuldade ou facilidade que o seu filho está tendo com o tema.

Há também, os aspectos inerentes ao aprendizado que são trabalhados pela lição de casa. Esse hábito contribui para a retenção do conteúdo apresentado, aumenta o entendimento dos temas, prepara para a aprendizagem de conteúdos futuros, aprimora o pensamento crítico, desenvolve a autonomia e a responsabilidade, amplia a organização voltada para o estudo, motiva para a aprendizagem, provoca a independência de estudar sem estar na sala de aula, promove o gosto pela descoberta e pelo conhecimento, etc.

Para que estes benefícios tenham efeito é preciso garantir uma lição de casa de qualidade e tomar cuidados para que ela não vire um problema entre pais e filhos, tornando este momento tenso ou desagradável.

Em primeiro lugar, é importante que o aluno realize suas atividades em um lugar adequado, com ventilação, luminosidade e conforto. Um mesmo local para a realização de lições escolares favorece o aprendizado, pois o cérebro percebe que está sendo executada uma mesma tarefa em um local seguro, familiar, ajudando a reforçar seu hábito. A cadeira e a mesa devem ser apropriadas ao tamanho da criança e o local deve ser calmo, silencioso e livre de distrações e estímulos que concorram com sua atenção (como brinquedos, fotos, quadros e excesso de material escolar desnecessário). É prejudicial estudar com a televisão ligada, com música barulhenta, com irmãozinhos chorando e com conversas de outras pessoas.

A partir do Ensino Fundamental I, o aluno deve ser autossuficiente para executar suas lições. Porém, a supervisão de um adulto na lição de casa se faz imprescindível. O adulto deve retomar os enunciados já explicados em sala de aula e se mostrar solícito, auxiliando no esclarecimento de dúvidas e de resolução de conflitos.

Há pais que têm por hábito contratar professores particulares para acompanharem seus filhos nas lições de casa. Exceto em algumas poucas circunstâncias, esta não constitui uma prática ideal, pois além de sinalizar ao aluno que não é possível se sair bem na escola graças ao seu próprio esforço, acaba estimulando a transferência de responsabilidade dele para outro profissional.

A autonomia da criança frente ao dever de casa é indispensável. Nunca faça nenhum exercício pela criança. Apesar de ter um adulto à disposição, é **apenas** a criança quem deve fazer a lição de casa. Ela deve ser a única autora de sua produção e deve compreender a importância dessa ação.

Caso haja algum imprevisto no qual a criança não possa realizar a lição na data correta, é interessante enviar um bilhete via agenda justificando o ocorrido.

Sempre que uma lição de casa voltar corrigida pela professora, é importante que os responsáveis retomem as correções com a criança, dialogando sobre suas conquistas, o que pode ser melhorado e elogiando seus avanços.

Ao realizar a lição, é fundamental que a mesma seja feita com capricho, organização e a criança seja sempre incentivada a colorir os desenhos quando necessário. Evite clima de tensão no momento da realização da atividade. Sempre reforce o potencial da criança, mostrando o quanto ela é capaz. Elogios são sempre bem-vindos! Aliás, esse é um ótimo momento para fortalecer o vínculo entre vocês, nunca deleguem a ninguém esse privilégio!

Além disso, a melhor ajuda que os pais podem fornecer aos seus filhos nesse minutos tão importantes consiste na valorização da escola, do aprender, da prioridade para o cumprimento de deveres, da responsabilidade.

Em paralelo, é saudável criar uma rotina de estudo. É interessante que a criança tenha o costume de fazer sua lição e de estudar diariamente em um mesmo local, em determinado horário, integrando uma rotina fora da escola. O aluno precisa ter seu tempo organizado, isto é, distribuído de maneira balanceada entre cuidados pessoais, descanso, estudo, deveres familiares, trabalho, lazer... Rotina traz segurança e tranquilidade à criança, à medida que ela vai internalizando os passos do seu dia e, naturalmente, vai aprendendo a se organizar também.

Uma rotina eficiente tende a se transformar em hábito, isso acontece porque tudo o que você fazemos repetidamente e em um padrão específico na sua vida se torna um hábito. Para o cérebro, é mais fácil compreender um padrão já existente do que criar comportamentos e mecanismos novos. Assim, os hábitos surgem porque o cérebro está o tempo todo procurando maneiras de poupar esforço. Afinal, seria um empenho muito grande criar novos hábitos todos os dias para tudo aquilo que fazemos, além de ser inviável e conflitante. Desta forma, uma vez que adquirimos um hábito, ele se mantém. Veja que o hábito tem uma função importante: de facilitar os mecanismos do cérebro. O

hábito é uma maneira do cérebro se tornar mais eficiente, aliviando a preocupação de ter que pensar em todas as ações para deixar a mente livre para fluir e raciocinar.

Assim, a eficiência no cérebro é sentida todas as vezes que começamos uma sessão de estudos. A memória fica mais afiada, o raciocínio mais ágil. O aluno com o hábito de estudo tende a não ficar preso horas sobre um tema, pois as informações em seu cérebro são sempre trabalhadas, facilitando muito mais seu aprendizado.

Algo interessante acontece com pessoas que desenvolvem o hábito de estudar. É o sentimento de falta quando não conseguem estudar. Com o tempo isso só gera mais conhecimento. Por isso que é tão importante que o aluno encontre uma maneira de estudar que seja prazerosa para ele.

Para colocar em ordem uma rotina desorganizada, primeiro identifique como está sua rotina de sua casa. Como estão os horários e atividades da criança todos os dias? Reflita o que precisa ser mantido, o que precisa ser modificado. Pense em uma rotina que seja funcional, que realmente auxilie todo esse processo.

Depois, é interessante escrever em uma folha todos os dias da semana e os horários, elaborando um “quadro-horário” que pode servir, posteriormente, como um organizador para um plano de estudo mais detalhado. Defina com seu filho, registrando no quadro, horários e local de estudos, bem como o tempo de estudo. Esse registro é importante porque torna objetiva, concreta e visível uma situação subjetiva e, até então, não praticada.

Uma criança que vive em uma rotina desorganizada precisa de tempo para se habituar a rotina estruturada, daí a importância de começar devagar. O tempo das sessões de estudos pode ir aumentando gradativamente, até chegar no ideal para o aluno.

Lembre-se de que é importante estudar todos os dias para alcançar um hábito sólido! Cabem a vocês, pais, fornecerem todas as condições éticas, psicológicas e materiais para o melhor desempenho do aluno, como os elogios e incentivo ao esforço próprio, cadernos, livros, local apropriado para a lição de casa, a fim de que seus filhos sintam-se encorajados e estimulados a realizar as próprias tarefas e, assim, se desenvolverem amplamente como todos queremos.

Contamos com a colaboração de todos vocês.

Contem sempre conosco também!

*Jamais considere seus estudos como uma obrigação, mas como uma oportunidade invejável para aprender a conhecer a influência libertadora da beleza do reino do espírito, para seu próprio prazer pessoal e para proveito da comunidade à qual seu futuro trabalho pertencer.*

Albert Einstein

Alessandra Cieri  
Núcleo de Orientação Educacional