

Construindo futuros: bons hábitos e sua influência no sucesso escolar

¹Evelym Amanda Balista

*Elaine Pires Salomão

*Orientador(a)

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - *Campus Sertão*.
Sertão, RS, Brasil

O projeto "O hábito de estudar: o ato e os métodos para melhorar os processos de ensino-aprendizagem" tem por objetivo adentrar ao conhecimento de técnicas e hábitos saudáveis, que venham a tornar o estudo cada vez mais presente e com melhores resultados na vida dos estudantes. Os hábitos desempenham um papel fundamental, sendo elementos essenciais que podem influenciar de maneira profunda e duradoura o desempenho acadêmico de um estudante. Hábitos saudáveis são as fundações sobre as quais construímos nossa vida cotidiana. Eles são os comportamentos repetitivos que se enraízam em nossas rotinas, formando gradualmente nossa maneira de viver, pensar e agir. São as pequenas ações que adotamos de forma consistente ao longo do tempo. Estes hábitos são fundamentais porque podem contribuir para a estruturação, previsibilidade e estabilidade, criando um ambiente propício para o crescimento e o sucesso. Quando se trata do contexto acadêmico, a adoção de hábitos saudáveis é um fator determinante no desempenho dos estudantes. Eles funcionam como ferramentas que capacitam os estudantes a gerenciar efetivamente seu tempo, estabelecer prioridades, manter a concentração e a motivação, bem como, enfrentar desafios de forma resiliente. Além disso, os hábitos saudáveis contribuem para o desenvolvimento de habilidades de estudo eficazes, aumentando a capacidade de reter informações, analisar criticamente o material e aplicar conceitos de maneira prática. No projeto que está sendo desenvolvido, busca-se por meio das oficinas sobre o hábito de estudar e o conteúdo produzido para o Instagram apresentar aos estudantes orientações gerais que envolvem o processo de ensino-aprendizagem, as quais são construídas por meio da leitura de livros e artigos científicos. Nele também são realizados momentos de estudos para refletir e compartilhar os conhecimentos construídos com a leitura e também ocorre a produção de posts para o Instagram, sendo publicações sintetizadas, com foco em um assunto específico buscando entregar insights sobre hábitos saudáveis, mudanças de hábitos e os resultados. Portanto, pelas ações do projeto pretende-se mostrar a importância dos hábitos saudáveis para a realização e êxito acadêmico. Entre os resultados deste trabalho, percebe-se que à medida que as instituições educacionais, tais como o IFRS - Campus Sertão, avançam no desenvolvimento deste tipo de ação, os educadores e os próprios estudantes passam a reconhecer a interdependência entre hábitos saudáveis a vida acadêmica e criam ambientes que incentivam e apoiam o desenvolvimento de hábitos positivos, proporcionando uma base sólida para a excelência acadêmica. Desta forma, entre os resultados do projeto "O hábito de estudar" pode-se destacar a compreensão, por parte de vários estudantes, de que o poder transformador dos bons hábitos não apenas enriquece a experiência educacional, mas também prepara os estudantes para enfrentar desafios futuros e trilhar o caminho para o sucesso.

Palavras-chave: Hábitos; Rotina; Êxito.

Nível de ensino: Ensino Médio/Técnico

Área do conhecimento: Ciências Humanas