

TEMPO DE ESTUDO DIÁRIO NA EAD

Estudar à distância oferece várias vantagens para o aluno, uma delas é o custo, outra a flexibilidade de horário e também a variedade das opções de cursos e ofertas. Mas quanto tempo por dia é preciso dedicar aos estudos quando você opta pelo EAD?

A quantidade de tempo que devemos dedicar aos estudos em um ambiente de Educação a Distância (EAD) é variável. Os fatores individuais alinhados com a complexidade do conteúdo a ser estudado e a disponibilidade do aprendiz são fundamentais para tentarmos equalizar esta problemática.

Apesar da flexibilidade de horário, o ensino à distância exige disciplina e organização para que o aluno consiga estudar devidamente o conteúdo referente à grade curricular.



Determinar o quantitativo preciso de tempo a ser alocado semanalmente para estudos em um ambiente de Educação a Distância é um grande desafio. Contudo, considerando uma abordagem geral e buscando te ajudar a planejar sua semana, vamos conferir algumas dicas:

- **Elabore um cronograma:** Elabore um cronograma de estudos que se adapte à sua rotina diária. Isso pode incluir blocos de tempo específicos dedicados aos estudos, de acordo com a sua disponibilidade e produtividade.
- **Seja consistente:** Muitas vezes é mais eficaz estudar por períodos mais curtos, mas consistentes, ao longo da semana do que tentar absorver grandes quantidades de informações em uma única sessão. A consistência é chave.

- **Entenda seu ritmo de aprendizado e adapte-se a ele:** Algumas pessoas absorvem informações mais rapidamente do que outras. Esteja ciente do seu próprio ritmo de aprendizado e ajuste seu tempo de estudo de acordo.
- **Para cursos com participação em fóruns, interaja, insira em sua agenda momentos de participação ativas nestes fóruns:** Em cursos EaD, a participação ativa é fundamental. Além do tempo dedicado à leitura, reserve tempo para participar de fóruns, interagir com colegas e realizar atividades práticas, se aplicável.
- **Revise e avalie:** Reserve um tempo para revisar o material estudado e avaliar seu próprio progresso. Isso pode ajudar a identificar áreas que precisam de mais atenção.

Lembre-se, você é único e tem um estilo de aprendizagem. A partir dessas dicas, encontre o equilíbrio que funciona para você.

Mantenha um equilíbrio saudável: Embora seja importante dedicar tempo aos estudos, também é crucial manter um equilíbrio saudável. Certifique-se de incluir pausas para evitar a fadiga mental.

Em resumo, para cursos mais introdutórios ou que demandem uma carga horária mais leve, uma média de 5 a 7 horas por semana pode ser apropriada. Isso poderia ser distribuído em sessões de estudo de 1 a 2 horas ao longo de vários dias.

Já para cursos de nível intermediário a avançado, ou aqueles com conteúdo mais denso, seria produtivo dedicar aproximadamente 10 a 15 horas semanais.

Se possível, consulte as recomendações específicas do curso e, se necessário, ajuste seu plano de estudos ao longo do tempo com base em sua experiência pessoal.

REFERÊNCIAS:
BRASIL. REFERENCIAIS DE QUALIDADE PARA EDUCAÇÃO SUPERIOR A DISTÂNCIA. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO – SECRETARIA DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA, 2007. DISPONÍVEL EM: [HTTP://PORTAL.MEC.GOV.BR/SEED/ARQUIVOS/PDF/LEGISLACAO/REFEAD1.PDF](http://portal.mec.gov.br/seed/arquivos/pdf/legislacao/refead1.pdf). ACESSO EM: 10/11/2023.

GODOI, MAILSON ALAN DE; OLIVEIRA, SANDRA MARIA DA SILVA SALES. O PERFIL DO ALUNO DA EAD E SEU ESTILO DE APRENDIZAGEM. REVISTA EAD EM FOCO. V.6 Nº2, 2016. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://EADEMFOCO.CECIERJ.EDU.BR/INDEX.PHP/REVISTA/ARTICLE/VIEW/383/177](https://eademfoco.cecierj.edu.br/index.php/revista/article/view/383/177). ACESSO EM: 10/11/2023.