

A
E
A

a l c a n e n a



referencial
APOIO
ao estudo

Referencial de Apoio ao Estudo



1. Objetivos do Apoio ao Estudo

Objetivo Geral:

Apoiar os alunos na consolidação de aprendizagens essenciais, promovendo o desenvolvimento da autonomia, hábitos de estudo e organização, de forma a potenciar o seu sucesso escolar e pessoal.

Objetivos Específicos:

- Acompanhar a realização das tarefas escolares, promovendo a autonomia;
- Apoiar na compreensão de conteúdos lecionados em sala de aula;
- Promover métodos de estudo eficazes e adaptados às necessidades individuais dos alunos;
- Estimular o gosto pela aprendizagem e a autoestima dos alunos;
- Trabalhar competências transversais como a organização, a responsabilidade e a gestão do tempo.

2. Atividades a Desenvolver ao Longo do Ano

A. Apoio Individual e em Pequeno Grupo

- Explicação de dúvidas em conteúdos nucleares (Português, Matemática, Estudo do Meio/História e Geografia de Portugal);
- Acompanhamento da realização dos trabalhos de casa;
- Treino de exercícios semelhantes aos trabalhados na sala de aula.

B. Sessões de Métodos de Estudo (1 vez por mês ou conforme necessidade)

- Como organizar o material escolar;
- Como fazer um plano de estudo semanal;

- Estratégias para sublinhar, esquematizar e resumir;
- Técnicas de memorização e leitura ativa;
- Simulação de testes com gestão de tempo.

C. Dinâmicas Motivacionais e de Autorregulação

- Reflexões individuais e em grupo: "Como aprendo melhor?"
- Quadro de metas e conquistas individuais;
- Diário de bordo do aluno (autoavaliação semanal);
- Recompensas simbólicas por empenho e melhoria (ex: elogios, crachás, diplomas).



3. Kit Motivacional – “Começar com o Pé Direito!”

Cada aluno do 5.º ano, ao iniciar o apoio ao estudo, receberá um pequeno Kit de Motivação e Organização com os seguintes elementos:

Conteúdo do Kit:

- Caderno de Apoio: com capa personalizada, onde será registado o trabalho feito nas sessões e os métodos de estudo testados;
- Lápis motivacional com frase inspiradora (ex: “Sou capaz!”, “Hoje vai ser um bom dia!”);
- Marcador de texto colorido: para ajudar nas estratégias de sublinhado;

- Autocolantes de progresso: a usar no caderno sempre que o aluno atingir uma meta;
- Plano Semanal plastificado: para preencher e apagar (com marcador apagável);
- Mini-folheto “Como estudar melhor?” com dicas simples e visuais.

Este kit será entregue numa pequena pasta ou envelope personalizado, com uma mensagem de boas-vindas:

“Bem-vindo ao teu espaço de estudo! Aqui vais crescer, aprender e descobrir que és capaz de tudo!”

4. Sugestões Metodológicas para os Professores de Apoio ao Estudo

A. Ambiente de Estudo Positivo

- Criar um espaço tranquilo, organizado e com materiais acessíveis;
- Utilizar reforço positivo contínuo;
- Adaptar o ritmo das sessões às necessidades dos alunos.

B. Avaliação e Diagnóstico Inicial

- Aplicação de uma ficha diagnóstica informal no início do ano para perceber dificuldades;
- Realização de pequenos questionários sobre hábitos de estudo dos alunos.

C. Registo e Acompanhamento

- Utilizar o caderno de apoio para registar os conteúdos abordados;
- Manter contacto com os diretores de turma e docentes titulares para articulação.

D. Trabalho com as Famílias (opcional e conforme viabilidade)

- Envio mensal de um breve relatório sobre evolução do aluno;
- Partilha de dicas de estudo que os encarregados de educação podem reforçar em casa.

Referencial de Apoio ao Estudo

5. Calendário de Referência (Exemplo)

Mês	Atividade principal	Objetivos
Setembro	Entrega do Kit + Diagnóstico Inicial	Conhecer alunos e motivar
Outubro	Sessão: Como organizar o caderno e o tempo	Organização e autonomia
Novembro	Técnicas de sublinhado e esquemas	Métodos de estudo visuais
Dezembro	Reflexão + entrega de diploma motivacional	Reforço positivo e balanço do 1.º período
Janeiro	Simulação de testes	Preparação para avaliações
Fevereiro	Sessão de leitura ativa e compreensão	Estratégias de leitura e memorização
Março	Reorganização do plano de estudo	Ajustes e foco em dificuldades
Abril	Sessão lúdica de revisão	Consolidar de forma divertida
Maiο	Treino de testes finais	Preparação para provas
Junho	Balanço final + entrega de diploma	Avaliação final e celebração de progressos

6. Considerações Finais

O apoio ao estudo deve ser encarado como um espaço de valorização do aluno enquanto ser em desenvolvimento. É importante respeitar os ritmos individuais, reforçar conquistas, e cultivar a autonomia progressiva. Com uma abordagem

positiva, estruturada e próxima, é possível fazer a diferença no percurso escolar e emocional dos alunos.

“A educação é a arma mais poderosa que você pode usar para mudar o mundo.” – Nelson Mandela

