

## **Planejamento de Estudos e Organização do Tempo (5ª Oferta) – 2023-1**

### **Responsáveis**

Anderson Rosa; Carlos Eduardo Sampaio Burgos Dias; Ivone Georg; Juliana Marcondes de Moraes; Marcio Sebastião Cardoso Horta; Monica F. Botiglieri Moretti; Priscila Marçal Fer.

### **Ementa**

Neste curso serão abordadas temáticas sobre a relação com o tempo e a vida universitária. Assim se constituirá como um espaço de reflexões sobre o tempo e a distribuição das atividades no dia a dia, as exigências da vida universitária, rotina de estudos e estratégias como subsídios para uma melhor organização do tempo para atingir metas acadêmicas e pessoais.

### **Objetivos**

1 - Refletir sobre sua relação com o tempo e em como distribui suas atividades; 2 - Refletir sobre as exigências da vida universitária, rotina de estudos e estratégias; 3 - Organizar melhor o seu tempo para atingir suas metas acadêmicas e pessoais.

### **Justificativa**

A Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE) vem trabalhando na criação e oferta de espaços alternativos de reflexão acerca do estudo e da aprendizagem. Assim, o objetivo desse curso é oferecer recursos que possibilitem a reflexão acerca da trajetória formativa dos estudantes universitários e, a partir da vivência e aproximação de diferentes estratégias, contribuir para a melhoria da experiência universitária.

### **Metodologia**

O curso será realizado no Google Classroom.

Para cada conteúdo programático serão propostas atividades a serem elaboradas pelo(a) estudante e avaliadas com *feedback* individual, pela equipe responsável pelo curso.

O curso tem como característica uma abordagem prática, de familiarização e experimentação de algumas ferramentas que podem auxiliar na organização do tempo para os estudos.

Este perfil mais prático implica em grande relevância para as trocas, participações e devolutivas como forma de avaliação.

O curso é composto por dois encontros síncronos, pelo Google Meet, e atividades assíncronas, na plataforma do *Classroom*.

As atividades assíncronas serão semanais, assim como, posteriormente, as devolutivas com os *feedbacks*.

### **Avaliação**

Terão direito ao certificado de conclusão do curso de extensão os estudantes que tiverem entregue (de modo satisfatório) , ao menos 75%,) das atividades assíncronas disponibilizadas no Google Classroom, somadas às participações nos encontros síncronos agendados para os dias 05/04 e 26/04, das 12 às 14 horas.

Como critérios de avaliação, serão consideradas a participação nos encontros síncronos (05/04 e 26/04 , ambos das 12 às 14h horas) e a qualidade das entregas das atividades assíncronas, sujeitas à reformulação, após devolutiva e, eventual, solicitação da equipe responsável pelo curso.

### **Conteúdo Programático**

Experiências de tempo, estratégias de planejamento, definição de prioridades e organização dos estudos.

Vagas: 100

Carga horária: 20 horas (4 horas síncronas e 16 horas assíncronas).

Início: 03/04/2023 Término: 30/04/2023

A duração do curso será de quatro (4) semanas.

Público-alvo: Estudantes do ensino superior da Unifesp e de outras instituições.

Inscrições: de 17/03/2023 a 26/03/2023

Link: a ser gerado pelo SIEX, quando do cadastro.

Contato: [orientacaoaosestudos@unifesp.br](mailto:orientacaoaosestudos@unifesp.br)

### **Outras Informações**

Acesso ao curso: Os (as) cursistas receberão no e-mail cadastrado um convite para acesso ao Google Classroom, o envio será feito poucos dias antes do início do curso (03/04/2023).

Acesso aos encontros síncronos: O link para acesso aos encontros (Google Meet) estará disponível na turma do Google Classroom. O (a) cursista se compromete a não divulgar e compartilhar o link de acesso, evitando, dessa forma, a superlotação da sala, assim como invasões ou outros problemas.

Certificado: Será disponibilizado posteriormente à finalização do curso para os cursistas inscritos que cumprirem com os requisitos de avaliação.

### **Cronograma**

**Módulo 1** – Apresentações e Experiências de tempo

Responsáveis: Equipe Apoio à Aprendizagem

Encontro síncrono (quarta-feira dia 05/04, das 12h às 14h – Apresentação do Programa e do Curso, da equipe responsável e dos cursistas).

Atividade assíncrona (03/04/23 – 09/04/23) – atividades no Google Classroom.

### **Módulo 2** - Estratégias de planejamento

Responsáveis: Equipe Apoio à Aprendizagem

Atividade assíncrona (10/04/23 – 16/04/23) – atividades no Google Classroom.

### **Módulo 3** – Definição de prioridades

Responsáveis: Equipe Apoio à Aprendizagem

Atividade assíncrona (17/04/23 – 23/04/23) – atividades no Google Classroom.

### **Módulo 4** - Organização dos estudos e encerramento do curso

Responsáveis: Equipe Apoio à Aprendizagem

Encontro síncrono (quarta-feira dia 26/04, das 12h às 14h – Dúvidas finais, devolutivas e avaliação do curso).

Atividade assíncrona (24/04/23 – 30/04/23) – atividades no Google Classroom e preenchimento do formulário de avaliação do curso no Google Classroom.

## **Referências**

ANDIFES.V **Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES – 2018**. Uberlândia (MG): ANDIFES; FONAPRACE, 2019. Disponível em: <http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2019/05/VPesquisa-do-Perfil-Socioecon%C3%B4mico-dos-Estudantes-de-Gradua%C3%A7%C3%A3odas-Universidades-Federais-1.pdf>. Acesso em: 26/06/2019.

BARBOSA, George. **9 passos para desenvolver resiliência no trabalho**. Fundação Vanzolini. Disponível em: <https://vanzolini.org.br/weblog/2017/09/13/9passos-para-desenvolver-resiliencia-notrabalho/>. Acesso: 14/01/2020.

BASSO, Cláudia et al. Organização de tempo e métodos de estudo: oficinas com estudantes universitários. **Rev. bras. orientac.** Prof, São Paulo, v.14, n.2, p.277-288, dez. 2013. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S167933902013000200012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167933902013000200012&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 08/11/2018.

BZUNECK, José Aloyseo; SILVA, Rosângela. O problema da ansiedade nas provas: perspectivas contemporâneas. **Semina**, 10(3): 195-201, 1989.

BURKA, JB; YUEN, LM. **Procrastinação**. São Paulo: Nobel, 1991.

COULON, Alain. O ofício de estudante: a entrada na vida universitária. **Educ. Pesqui.** [online]. 2017, v.43, n.4, p.1239-1250.

MAIA, Rui Leandro. Espaços de vivência e diferentes concepções do tempo: um discurso entre a sociologia e a história. *Antropológicas*, nº4, p.75-98, 2000. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/antropologicas/article/view/921/723>. Acesso em: 24/07/2019.

MARTINS, José Clerton de Oliveira et al. De Kairós a Kronos: metamorfoses do trabalho na linha do tempo. *Cad. psicol. soc. Trab.*, São Paulo, v.15, n.2, p.219-228, dez./2012. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151637172012000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151637172012000200005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 24/07/2019.

QUEIROZ, Caroline Trapp de. Sobre o tempo: uma leitura da história do relógio como instrumento de medida e elemento de cultura. IV CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO A Educação brasileira: desafios na atualidade – IV CONEDU. *Anais...*, João Pessoa-PB, p.0112, 2017.

OLIVEIRA, Luciano Amaral. **Manual de Sobrevivência universitária**. 2ª ed. Campinas, SP: Papiros, 2008.