

pág. 10

"Já o professor de **Lingua Portuguesa da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), Rosenberg Nascimento**, diz que o ideal é que os candidatos façam o mapeamento das vagas disponíveis e, assim, tenham em mente qual o objetivo. "é importante montar um plano de acordo com as horas disponíveis, a fim de contemplar as matérias com maiores peso e dificuldade. Isso pode ser feito sozinho ou com ajuda profissional", orientou."

The image shows a newspaper clipping from 'FOLHA de PERNAMBUCO'. The main headline is 'Trabalho e estudo, como conciliar?'. On the left, there is a sub-headline: 'Encontrar formas de equilibrar a rotina e superar desafios como o cansaço e a baixa concentração é necessário para quem deseja ser aprovado em concursos públicos'. The article text begins with 'Conciliar trabalho e estudos não é uma missão fácil para quem experiencia essa rotina diariamente. Acordar cedo, passar o dia exercendo as funções do ofício e à noite estar com a mente tranquila para focar nos estudos é algo raro no cotidiano da maioria dos brasileiros que estudam para concurso. Encontrar formas de equilibrar a rotina e superar desafios como o cansaço e a baixa concentração é necessário para quem deseja ser aprovado em concursos públicos, uma das principais metas de quem deseja estabilidade financeira no Brasil. Para Camili Vitória, uma concursadeira de 21 anos que trabalha no ramo de vendas de um shopping no Recife, as maiores dificuldades são a falta de tempo e o cansaço. "É difícil depois de oito horas de trabalho em pé e lidando com o público ter concentração e 100% de foco para as matérias exigidas", relatou. Os especialistas na área dão ideias e explicam métodos que ajudam os estudantes a buscarem formas de se sair bem nos certames. Uma das principais dicas é o planejamento. "É preciso ter uma média de tempo para o estudo semanal tentando estabelecer pelo menos mais de uma hora (por dia). E no final de semana focar inteiramente nos estudos", explicou o mestre em Direito Civil e professor universitário Felipe Torres. **Compreensão** Ainda de acordo com Felipe, a família também precisa ser companheira, com apoio emocional e no cotidiano. "Eu costumo dizer que equilíbrio é tudo. Lazer com a família é fundamental", destacou. Já o professor de Língua Portuguesa da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), Rosenberg Nascimento, diz que o ideal é que os candidatos façam o mapeamento das vagas disponíveis e, assim, tenham em mente qual o objetivo. "é importante montar um plano de acordo com as horas disponíveis, a fim de contemplar as matérias com maiores peso e dificuldade. Isso pode ser feito sozinho ou com ajuda profissional", orientou. O professor Thiago Me... tivo: "passar em concursos de aprovação e renúncia. Já que é curto, a pessoa deve ser eficiente no uso do tempo. Um exemplo seria ler um PDF de uma videoaula dentro do dia. Faça o que pode com o tempo, mas faça bem feito e de forma objetiva. Responder questões que organizará a sua prova. Exercícios simulados são exemplos de objetividade", e

Subtítulo: Encontrar formas de equilibrar a rotina e superar desafios como o cansaço e a baixa concentração é necessário para quem deseja ser aprovado em concursos públicos.

□