

# Descubra Excelentes Músicas Clássicas para Estudar

Não é de hoje que as músicas clássicas para estudar ou ajudar em trabalhos que exigem concentração são ouvidas. Pensando nisso, nós montamos uma super playlist para você. Vem conferir!

Diversas pesquisas ao redor do mundo já comprovaram a eficácia das músicas clássica para estudar. Em 2013 o site [Uol](#) publicou uma matéria mostrando um desses estudos, patrocinados por um grupo de britânicos da empresa Spotify. Na época, eles concluíram que os estudantes conseguiram absorver melhor o conteúdo estudado em uma progressão de 12% a mais do que quando não tinham nenhum som por perto ou quando ouviram outro tipo de música.

E não é apenas estudantes que são beneficiados. Qualquer pessoa que precise [trabalhar com concentração](#), como designers, programadores, redatores, etc. também aderiram os fones de ouvido e as playlists de músicas instrumentais.

Sabemos que a maioria já tem uma lista de música de sua preferência e que sempre utiliza para estudar ou trabalhar, mas criamos uma bem especial e queremos compartilhar com você neste post. Claro que, além da playlist, enumeramos algumas dicas e curiosidades que você com certeza vai gostar de conhecer. Confira!

## Por que as músicas relaxantes para estudar ajudam na concentração?



A explicação está na quantidade de batidas por minutos que o nosso cérebro consegue reter. Músicas que apresentam um ritmo de 60 a 70 batidas por minutos induzem o nosso cérebro a relaxar bem mais e ajuda a [aumentar a nossa produtividade](#) nos estudos ou no trabalho. O resultado é que conseguimos reter mais informações e, conseqüentemente, aprender mais sobre que estamos lendo.

Para quem optou por músicas instrumentais para estudar ciências e línguas, que exigem mais dos nossos sentidos e da lógica, as canções com 50 a 80 batidas são mais indicadas. Essas são aquelas compostas de um ritmo mais lento, porém com pequenas “batidas”. Essas estimulam mais o lado esquerdo o cérebro a processar as informações.

Já para estudantes de artes ou outras áreas que exigem criatividade, canções mais aceleradas são as mais indicadas. Essas estimulam a excitação do cérebro e ele produz com mais avidez e facilidade.

# Mais saúde para sua mente

Utilizar a música instrumental para estudar também acaba beneficiando outras áreas do seu corpo. O tipo de som emitido por essas canções traz benefícios para seu cérebro ao longo do tempo, ajudando-o a evitar doenças neurodegenerativas, como é o caso o Mal de Parkinson e do Alzheimer.

Essas canções também liberam dopamina, trazendo uma maior sensação de relaxamento e felicidade. Isso fortalece o sistema imunológico e regula o seu estado emocional.

## Você já ouviu falar no Efeito Mozart?

Nos anos 90, principalmente nos Estados Unidos, houve um boato que ouvir composições de Mozart inúmeras vezes ativaria células de nosso cérebro e nos deixaria mais inteligentes. Você viu acima que ter as melhores músicas clássicas para estudar faz diferença sim em sua rotina, mas isso não o deixará mais inteligente.

Na época, a BBC chegou a criar um documentário falando do quanto esse mito causou confusão entre pessoas e empresas. Até mesmo fazendeiros compraram cds do compositor atestando que suas vacas produziam mais leite com a canção.

Certo que há inúmeras [técnicas de produtividade para seu dia render mais](#), seja no trabalho ou nos estudos, mas é preciso ponderar. As músicas clássicas e instrumentais causam, como citamos acima, um estado momentâneo de prazer, facilitando o aprendizado. O que tornará você mais inteligente e produtivo é a sua própria capacidade de aproveitar esse momento e absorver o máximo de informações relevantes possível.

Então indicamos bastante o uso de músicas clássicas para estudar, mas é importante não confundir com o Efeito Mozart,

que foi um mito criado. Aproveite esse momento de relaxamento para pensar mais sobre o que está estudando, processar melhor as informações e discutir mentalmente o que é lido.

## **Cuidado com excessos**

Assim como as músicas clássicas para estudar são ótimas, o excesso deixará de fazer efeito para a sua concentração. É preciso ter um tempo em silêncio para que o cérebro descanse. Também o indicado é trocar a playlist de tempos em tempos. Dessa forma o seu cérebro continuará processando os sons, mas em frequências diferentes.

## **Toda regra tem exceção**

Os estilos musicais, é claro, têm suas particularidades. E acredite, tem gosto pra tudo. Tem gente que adora uma música pop e não tem a mínima paciência para ouvir clássico. Para essas pessoas, ao invés de relaxamento e concentração, os clássicos as levam ao estresse.

Tem o outro lado, ou seja, pessoas que não suportam ouvir um pop. Chegam a ficar “doentes” e extremamente irritadas. Mas tem a galera do meio, que curte todos os estilos.

Você pode estar se perguntando, então: qual dos estilos é o melhor? A resposta depende de cada pessoa e do momento. Por exemplo, a música clássica para estudar é, na maioria das vezes, uma excelente opção. Mas como foi mencionado, isso não é regra geral.

As músicas clássicas geralmente são criadas por profissionais e o objetivo é fazer arte. Exige mais talento e muito treinamento do músico. Já o “pop” quer atrair o público e fazer fama – é realizado por profissionais ou não. Pode ser criado por instrumentos menores, computador etc.

E quando se trata da nossa capacidade de apreciar e reconhecer

as melodias clássicas, veja o que diz Aaron Copland, no seu livro *What to Listen for in Music*:

“Acontecimentos” musicais têm uma natureza mais abstrata, de modo que o ato de reuni-los novamente na imaginação não é tão fácil (...). Se você não pode reconhecer a melodia (...) e seguir as suas peregrinações e a sua metamorfose final, acho difícil que você possa acompanhar o desenvolvimento de uma obra. Você estará tendo uma consciência muito vaga da música. Mas reconhecer a melodia significa que você sabe onde está, em termos musicais, e tem uma boa chance de saber para onde está indo. Este é o único “sine qua non” para uma compreensão mais inteligente da música”.

## **Lista com as melhores músicas clássicas para estudar**



Agora que você descobriu muito mais sobre o poder das músicas relaxantes para estudar, já podemos divulgar a lista que

montamos com aquelas que consideramos as melhores canções para esse momento.

Claro que você também pode criar a sua própria playlist – só não esquece de compartilhar com a gente nos comentários – no próprio computador ou em aplicativos de streaming como Spotify ou o Deezer. Se vale ainda outra dica, nessas plataformas você também já encontra listas de músicas clássicas para estudar montadinhas!

### **Escolhemos 20 canções para você:**

1. Das Wohltemperierte Klavier, de Johann Sebastian Bach;
2. Suite Bergamasque, de Claude Debussy;
3. 24 Preludes op. 28, de Frédéric Chopin;
4. String Quartet No. 7, de Ludwig van Beethoven,
5. Le Carnaval des Animaux, de Camille Saint-Saens;
6. Gnossienes: No. 1, Lent, de Erik Satie;
7. Piano Concerto No. 23, de Wolfgang Amadeus Mozart;
8. Serenade in G, de Wolfgang Amadeus Mozart;
9. Capriol Suite: 2 Pavane, de Peter Warlock;
10. Begatelle in A Mirror, de Ludwig van Beethoven;
11. Romance for String Orchestra, Op. 11, de Gerald Finzi;
12. Piano Sonata No. 14 In C Sharp Minor, de Ludwig van Beethoven;
13. Variations On An Original Theme, de Edward Elgar;
14. La Traviata, de Giuseppe Verdi;
15. Liebestraum No. 3 in A Flat Major, de Franz Liszt;
16. Spanish Dance Op. 37, de Enrique Granados;
17. The Hebrides, de Felix Mendelssohn;
18. Concerto for Violin and Strings in F Minor, de Antonio Vivaldi;
19. Overture "Egmont" Op. 84, de Ludwig van Beethoven;
20. Les Contes d'Hoffmann, de Jacques Offenbach.

O que achou da nossa lista com as melhores músicas clássicas para estudar? Não deixe de comentar e nos contar sua opinião!

No blog do [12min](#) você ainda encontra vários posts com dicas para melhorar a sua produtividade. Não deixe de conferir ☐

[Foco](#)

Bons estudos!

---

## Conheça os Melhores Cursos Online Grátis com Certificado

Você quer estudar? [A falta de tempo não é um empecilho](#). Afinal, flexibilidade é uma das grandes vantagens dos melhores cursos online grátis, uma vez que você pode escolher o horário que melhor lhe atende.

Existe uma outra boa notícia: preço. Se você tiver que pagar alguma coisa, geralmente será um valor menor que o desembolsado nos cursos presenciais. Mas, o melhor de tudo é que existem muitas opções de cursos online totalmente gratuitos.



Variedade é outra grande vantagem. Se você optar por fazer cursos online grátis com certificado, certamente, encontrará uma variedade enorme temas, em empresas de aprendizado ou escolas altamente qualificadas.

## Mais vantagens dos cursos online

Os cursos online estão cada dia mais populares. Entre as vantagens para o estudante, destaca-se também:

- A praticidade. Afinal, você pode assistir as aulas onde quiser, inclusive, no intervalo do trabalho. Você monta a sua programação.
- Os melhores cursos online grátis não perdem em qualidade para os demais. E eles têm a interatividade como grande aliada.
- O estudante conta com diversas plataformas, recursos tecnológicos e uma variedade de materiais de apoio, como vídeos, [podcasts](#), *chats*, fóruns de discussão, [TED Talks](#) etc.

- E, se o certificado é importante, então você tem um motivo a mais para investir no aprendizado online. Muitas instituições oferecem o comprovante ao estudante, ao final do curso.

## 0 peso contrário

Encontrar os melhores cursos online grátis é tarefa fácil. No entanto, o estudo à distância ganha mas, também, perde alguns pontos em comparação aos cursos presenciais. Em resumo: existem os prós e os contras.

No lado contrário, estão:

- A baixa socialização durante o ensino à distância, uma vez que você não encontra com os demais alunos. Isso pode afetar o [networking](#). A boa notícia é que o estudante consegue contornar o problema, em parte, por meio dos contatos virtuais.
- Disciplina. Como está nas mãos do aluno decidir quando e onde estudar, a [falta de disciplina](#) pode comprometer os resultados.
- E, algumas pessoas têm dificuldade para entender conteúdos sozinhas, sem a presença do professor.

Você precisa avaliar o que é melhor no seu caso em especial.

## Os melhores cursos online grátis



Quando se trata de cursos online, você pode viajar pelo planeta. As opções gratuitas estão por todos os lados, nas mais variadas áreas.

Inúmeras instituições, inclusive as renomadas universidades americanas [Harvard](#), [MIT](#) e [Yale](#) oferecem cursos online gratuitos.

Geralmente, o material é disponibilizado em inglês, mas existem alternativas com tradução para o português e diferentes idiomas, como é o caso do MIT.

Além das universidades, existem ainda empresas e entidades especializadas em educação à distância, muitas delas 0800 – ou seja, totalmente de graça. Que tal conhecer o [Coursera](#)?

Coursera coloca num mesmo local mais de dois mil cursos gratuitos, por meio de parcerias com universidades e organizações.

Então, se você quer saber onde estão os melhores cursos online

grátis, a resposta é simples: no mundo inteiro.

Mas se você quer ficar por aqui mesmo, tudo bem. As instituições brasileiras também oferecem aprendizado pela internet de excelente qualidade.

Assim, se você quer fazer um curso online grátis com certificado, existem dois caminhos para começar. Ou você faz uma busca por tema e/ou área de interesse, ou você define a escola e verifica quais os cursos são disponibilizados dentro do que você pretende estudar.

Você irá se surpreender com o resultado da sua busca. Nós selecionamos, aqui, alguns sites nota 10 que oferecem os melhores cursos online grátis. Vale a pena viajar nessa pesquisa!

## **FGV Online**

A Fundação Getúlio Vargas participa do OpenCourseWare Consortium ([OCWC](#)). Trata-se de um consórcio que disponibiliza conteúdo e material didático online e totalmente gratuito para qualquer pessoa que se interessar. São dezenas de cursos das mais variadas áreas, com emissão de certificado.

## **ITA**

Se você está procurando os melhores cursos online grátis na área de tecnologia, o Instituto Tecnológico da Aeronáutica é uma alternativa. As aulas são oferecidos por meio do Coursera. [Clique aqui](#) para visualizar as opções.

## **UFRGS**

Por meio da plataforma [Lúmina](#), a Universidade Federal do Rio Grande do Sul oferece 14 cursos online gratuitos, com certificados.

## **Unicamp**

Também, em parceria com o Coursera, a Universidade Estadual de Campinas oferece os cursos de [Processamento Digital de Sinais](#) e [Empreendedorismo](#), ambos gratuitos. No entanto, existe taxa para emissão dos certificados.

## **Fundação Bradesco**

Em sua [Escola Virtual](#), a Fundação disponibiliza cursos online gratuitos e com certificados nas seguintes áreas: Administração; Aperfeiçoamento Comportamental; Banco de Dados; Desenvolvimento de Aplicativos; Gestão de Governança e Informática.

## **Sistema Fiep**

As unidades do Sesi, Senai e IEL do Paraná disponibilizam uma quantidade enorme de cursos online gratuitos, nas áreas de Liderança e Gestão de Carreira; Setores Industriais; Qualidade de Vida; Educação e Cultura; Responsabilidade Social. Ao final, os estudantes recebem certificado.

## **Senai**

Os cursos online e gratuitos do Senai abordam temas transversais que desenvolvem capacidades para o mundo do trabalho. Para quem já está no mercado, oferecem atualização das competências profissionais.

## **SEBRAE**

Todos os cursos online do [Sebrae EAD](#) são gratuitos e focados no ambiente de negócio. Existem, ainda, várias oficinas e jogos corporativos à sua disposição.

## **Prime Cursos**

A empresa, especializada em ensino à distância, oferece cursos gratuitos e com certificados. Os temas são bastante variados, como Atendimento a Cliente, Educação Especial, Normas de Segurança, Direito Ambiental e muitos outros.

## **Intel**

Para a galera de Tecnologia da Informação, uma boa dica são os cursos gratuitos da [Next Generation Center](#), com emissão de certificados.

## **Hospital Albert Einstein**

Os cursos são relacionados a temas de saúde. Existem opções totalmente gratuitas e, ao final, o hospital emite uma declaração de participação.

## **BMF & Bovespa**

Os [cursos gratuitos](#) são: A Bolsa: Seus Ambientes e Mercados; Como Investir no Tesouro Direto; Finanças Pessoais e Investimentos em Ações; Guia de Investimentos em Renda Fixa; Mercado de Ações; Por Dentro da Clearing; Por Dentro da Clearing – SINACOR.

## **Cursos gratuitos com taxas para emissão de certificado**

Se o certificado fizer muita diferença para você, fique atento ao se cadastrar. No caso das empresas de educação à distância, na grande maioria das vezes, quando você não paga pelo curso, precisa desembolsar algum dinheiro para o comprovante. Veja alguns exemplos:

## Cursos Abeline

A Associação Brasileira de Educação Online tem em sua plataforma vários cursos gratuitos de Qualificação Profissional. A taxa para obter o certificado é de R\$32,00.

## Veduca

Na plataforma da Veduca, você encontra vários cursos gratuitos, nos mais variados segmentos. Ao fazer o *upgrade* para receber o certificado, o aluno paga uma taxa de R\$ 99,00.

## Eduk.me

A plataforma de ensino online também oferece cursos gratuitos e, como as demais, nestes casos, o certificado é emitido mediante pagamento de uma taxa de R\$ 27,00.

## **Khan Academy**

A unidade brasileira do instituto Khan Academy disponibiliza uma grande quantidade de cursos para as mais diversas áreas e idades, no entanto, **não** emite certificados de cursos de extensão.

## **Aulas gratuitas nas universidades**

Algumas universidades não oferecerem cursos online completos e, sim, aulas e/ou conteúdos produzidos pelos respectivos professores. Nesses casos, elas não emitem certificados, mas o aprendizado pode ser compensador. Vamos citar alguns exemplos, no entanto, a lista é bem maior.

## USP

A Universidade de São Paulo oferece aulas gratuitas de libras, italiano ou astronomia. Além disso, qualquer pessoa pode assistir o conteúdo das aulas da USP, por meio da plataforma

[e-Aulas USP](#). O acesso é gratuito.

## Unicamp

Além dos cursos gratuitos, a Unicamp mantém uma plataforma aberta ao público em geral, com conteúdos livres produzidos pelos seus professores. É o portal [e-Unicamp](#).

## Unesp

A Universidade Estadual Paulista tem o [Unesp Aberta](#), que oferece aprendizado online gratuito em diversas áreas. Alguns cursos são disponibilizados por meio da [Univesp TV](#) e você ainda pode acessar conteúdos pelo Youtube.

Gostou das nossas dicas para fazer os melhores cursos online grátis? Então, se você quer investir em aprendizado, mãos à obra.

# 5 Dicas para você ter sucesso nos estudos online

Para você seguir adiante e tirar o máximo proveito dos seus estudos a distância, nós selecionamos 5 dicas legais. Anote aí:

## 1. Entenda quais são os recursos técnicos necessários

Você vai precisar dos equipamentos adequados para levar o seu projeto adiante. Por exemplo, o seu computador (ou outro dispositivo) a ser usado deve acessar todas as ferramentas do curso online escolhido. E, também, certifique-se de que você sabe realmente utilizar esses recursos. Se não, corra atrás de aprender, antes de começarem as aulas.

## **2. Mantenha contato com os seus instrutores**

Você deve fazer isso o mais rápido possível e com frequência. Permaneça sempre atento às instruções e feedbacks deles. Mas não fique preso somente aos instrutores, porque eles não estarão disponíveis 24h por dia. Então, busque respostas por conta própria também, por exemplo, nos livros, internet etc. Manter-se conectado com os colegas também é uma boa dica. E isso traz benefício extra para você – [networking](#).

## **3. Seja organizado e tenha um planejamento**

Por mais que o seu curso esteja bem estruturado e seja de fácil navegação, você terá que criar o seu próprio programa de estudos. Muitas vezes, é tarefa do aluno encontrar seu jeito e horário de estudar, conciliando tudo com trabalho, família e vida social. Se você não se organizar, pode se perder no meio do caminho, inclusive, deixando passar as datas de entrega das atividades, por exemplo.

## **4. Escolha um lugar para os seus estudos**

Não é porque você escolheu um curso online que não precisa se preocupar com o local de estudos. Pelo contrário, você receberá dever de casa – muitos, aliás, Então, certifique-se de que tenha um ambiente apropriado, de preferência confortável e onde você possa se concentrar. Não precisa ser, necessariamente em casa. Que tal encontrar uma sala no seu local de trabalho? Ou na biblioteca? Escolha o que é melhor para o seu caso específico. Ms lembre-se de elimine o máximo as distrações ao seu redor, por exemplo, desligando o celular, a TV, desativando os alertas de email e outras mensagens etc.

## 5. Não deixe tudo para a última hora

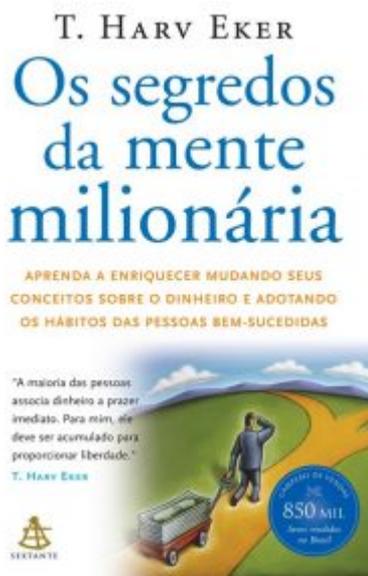
Um curso online exige muita disciplina e se você ficar adiando sempre o seu dever de casa, poderá se enrolar no final. Execute as tarefas à medida que forem liberadas e, principalmente, não atrase a entrega. Isso lhe dará, inclusive, mais tranquilidade.

## Invista nos livros também

Paralelamente, uma excelente recomendação para você alavancar sua carreira é usar a leitura como aliada, na busca do crescimento pessoal e profissional.

No [app 12min](#), o que não falta é livro bom. [As melhores obras do mundo do negócio estão esperando por você](#). Veja, a seguir, uma mostra da nossa biblioteca:

## Os Segredos da Mente Milionária – T. Harv Eker

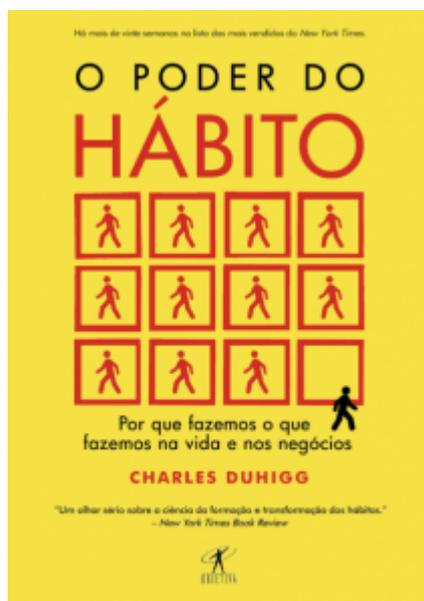


Essa obra, que conquistou o topo da lista dos livros mais lidos em 2017, destaca a importância de se entender o nosso modelo mental, como ele se forma, quais as suas limitações e como trabalhar para desenvolvê-las.

Você pode ler ou ouvir por aqui mesmo:

[Os Segredos da Mente Milionária](#)

## 0 Poder do Hábito – Charles Duhigg



Entender os nossos hábitos é o primeiro passo para sermos capazes de transformar nossas vidas, ampliar a produtividade e os resultados nos negócios.

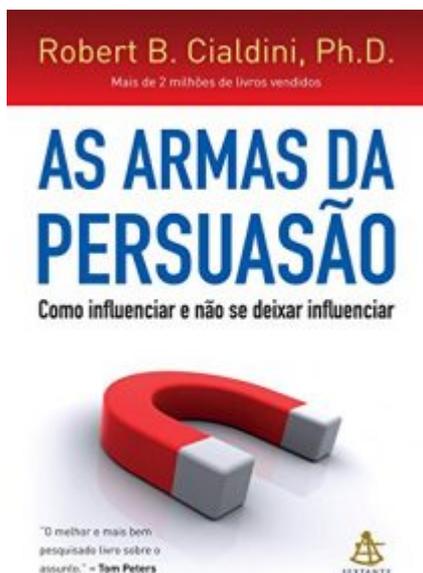
## Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas – Dale Carnegie



Uma obra espetacular e obrigatória para se desenvolver as habilidades de relacionamentos, sejam eles pessoais ou

profissionais. Para muitos empreendedores, a leitura e o entendimento de Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas valem mais que um MBA.

## As Armas da Persuasão – Robert B. Cialdini



Excelente indicação de leitura para as equipes de vendas. O livro mostra como persuadir uma pessoa e, também, como evitar que sejamos transformados em uma vítima da persuasão.

Leia ou ouça por aqui mesmo!

### [As Armas da Persuasão](#)

Boa leitura e ótimos aprendizados! Lembre-se de compartilhar esse post com os seus amigos!