

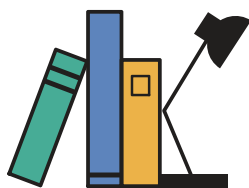


ORIENTAÇÕES PARA OS ESTUDOS EM CASA - FUNDAMENTAL II (ANOS FINAIS) E EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)

Dicas para adolescentes, adultos, idosos e seus familiares



APRESENTAÇÃO



Esta cartilha foi elaborada pela Secretaria Municipal de Educação, da Prefeitura de Viçosa, com o objetivo de auxiliar adolescentes, adultos, idosos e seus familiares para realização dos estudos em casa.

A pandemia da Covid-19, por causa da impossibilidade de frequentar as escolas, tem feito com que os (as) estudantes e seus familiares enfrentem grandes desafios, principalmente para acompanhar as atividades pedagógicas.

As aulas passaram a ser mediadas pela tecnologia, através de WhatsApp, e-mail e aparelhos eletrônicos de comunicação. Neste contexto, não temos dúvidas de que a presença e a participação da família, nesse momento, são fundamentais.





Para facilitar o processo de ensino remoto e torná-lo mais saudável seguem algumas dicas:

1º

É muito importante estabelecer uma rotina diária. Estabelecer um horário para início e término dos estudos. Isso fará com que o(a) estudante se aproxime dos hábitos da sala de aula. É muito positivo fazer com que o ambiente e a prática se pareçam com a sala de aula, neste momento.

2º

Criar um local fixo na casa para os estudos é essencial. Que seja o mais parecido possível com a sala de aula. Evitar camas, sofás e o chão. Esse local precisa ser o canto mais silencioso da casa.

3º

Faça com que seja parte da rotina separar os materiais de estudo como se fosse levar para a escola: lápis, canetas, borracha, apontador, tesoura, cola, régua.



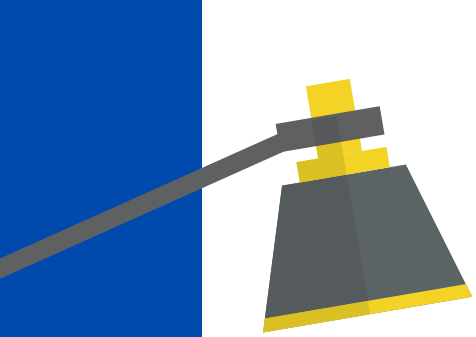


4º Dar algumas pausas de 10 minutos, por exemplo, é importante para não se sentir sobrecarregado entre uma aula/atividade e outra. A sobrecarga prejudica a aprendizagem.

5º As atividades não devem ser feitas todas de uma só vez, ou em um único dia. Se forem feitas assim, o cansaço será muito e a aprendizagem ficará prejudicada. Além disso, é importante que todos os dias, assim como era na escola, o estudante tenha uma atividade ou uma leitura para fazer.

6º Limite o tempo para as aulas/atividades. Não ultrapasse 4 horas seguidas de estudo. Para essa faixa etária indica-se o tempo de 2 a 4 horas de estudo diário.




7º

É saudável que o estudante mantenha a vida social. Não é indicado o contato físico com os colegas, nesse período de pandemia, mas o contato virtual e as amizades devem ser preservadas.

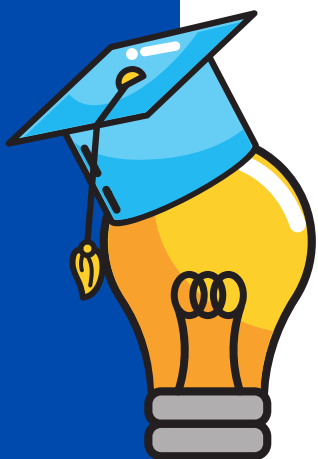
8º

Se atente ao excesso de isolamento dentro de casa. Mantenha o diálogo com as pessoas. O apoio emocional é muito necessário. Evite o julgamento. Esclareça os desentendimentos para que os relacionamentos sejam saudáveis em casa.

9º

Se em sua casa tem um(a) estudante adolescente, esteja atento se ele(a) está com todas as atividades necessárias encaminhadas pela escola. E entre em contato com a escola sempre que sentir necessidade. Além disso, demonstre interesse pelos estudos dele(a). Pergunte sobre alguma leitura, se tem alguma dificuldade. Esteja próximo da vida escolar do(a) estudante.





10º

Respeite o tempo de cada um. Não force o outro e também não se force. Este momento é desafiador e desperta sentimentos de insegurança para todos, crianças, adolescentes, adultos e idosos. Evite a cobrança e aproveite esse momento para criar laços e estabelecer vínculos.

12º

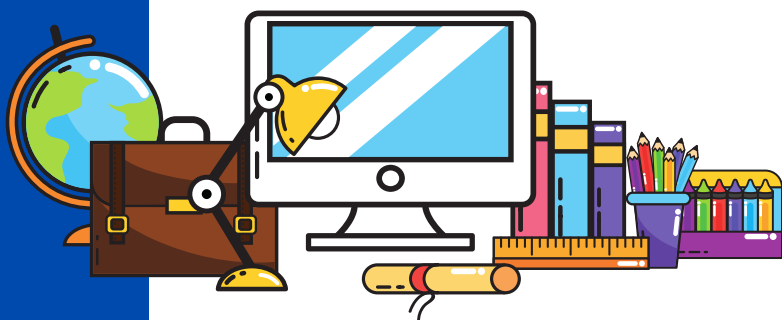
Compreenda que nem todos os dias serão bons. Na escola também era assim e isso era comum. Terão dias mais produtivos e animados e outros nem tanto. Entenda que isso faz parte da vida e que o importante é fazer o melhor que puder no dia, vivendo um dia de cada vez.

13º

Compartilhe essas informações com os estudantes que você conhece. Este é um momento para compartilhar coisas boas e parabéns por todo seu esforço!

É tempo de cuidar de você e do outro.

Abraço virtual da equipe pedagógica da Secretaria Municipal e Educação!



PREFEITURA DE VIÇOSA

SECRETARIA
DE EDUCAÇÃO