



Orientações de Estudos



Queridos Pais e/ou Responsáveis,

Estamos passando por um momento delicado, contudo estamos tranquilos, pois sabemos que podemos contar com vocês! Sabemos que se trata de um momento único, de oportunidade para convivermos mais com nossos filhos e auxiliá-los na vida escolar.

Para esses dias atípicos, gostaríamos de fazer algumas sugestões para seus (suas) filhos(as), nossos(as) alunos(as):

Seja organizado.

Comece criando uma rotina – monte uma planilha - com horário para acordar; para realizar as atividades propostas pela escola no Portal do Aluno; para as refeições; para descanso e lazer (dentro de casa); e horário para dormir.

Quando acordar, tire o pijama. Vista-se como se fosse sair.

Tenha um local apropriado para estudar.

Organize esse local de estudos. Quando sentar para estudar, deixe todo o material à mão. Evite muito conforto (nunca estude na cama, por exemplo).

Estudar em casa é um pouco diferente.

Precisa de ajustes e muita disciplina. Faça as atividades propostas pelos professores, diariamente. Não deixe acumular. Lembra-se das frases: aula dada, aula estudada? Tarefa dada, tarefa realizada? Essa máxima, nesse momento, passa a ser de grande valia!

Monte um cronograma de estudos.

Evite perder prazos de entrega. Estabeleça metas e objetivos (diários e semanais). Tenha foco. Fuja das distrações (não vá à geladeira de 5 em 5 minutos. Deixe o celular longe de você). Crie uma lista de prioridades. Tire suas dúvidas acessando todos os canais de comunicação que tiver.

Tenha equilíbrio.

Não passe o dia estudando. Mas também não passe o dia descansando. Crie mecanismos de motivação. Intercale atividades. Você pode mesclar conteúdos mais fáceis e mais difíceis, ou estudar uma disciplina teórica e, em sequência, uma disciplina mais prática, além de criar prêmios para si mesmo quando um estudo é concluído - um tempo maior de descanso, por exemplo.

Faça pausas de descanso entre uma disciplina e outra, como na escola.

Mantenha sua rotina a mais próxima possível do que era, até por uma questão de saúde mental.

Seja independente. Crie suas próprias estratégias de trabalho.

Conte com a tecnologia – muitos aplicativos podem ser usados para facilitar sua vida.

Aproveite as tarefas coletivas (tipo Fórum), para aprender.

Observe as respostas dos amigos. Aprenda com eles. Continue se comunicando com os amigos via whatsapp, troque ideias com eles.

Pesquise e assista assuntos do seu interesse!

Assista filmes! Leia livros da sua escolha! Ponha suas séries em dia! Relaxe!

Esse é um momento de aprendizado também!

Conte conosco, seus professores e coordenadores! Nossa escola está à sua disposição!

