

EDIÇÃO Nº3
Quinzenal



ComVida

NEWSLETTER PARA ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO



Agrupamento
de Escolas
de Celeirós



Bem-vindos ao 3º período!



No regresso à escola, acompanhando sentimentos de entusiasmo e algum alívio, é natural que predomine ainda alguma incerteza e medo relativos à exposição ao vírus. Quer os alunos, quer os pais e educadores, podem preocupar-se com o aumento do risco que decorre da potencial necessidade de andar de transportes públicos, de estar em espaços fechados e da dificuldade em controlar e garantir que todos adotam os comportamentos de proteção necessários.





O QUE FAZER PARA FACILITAR O REGRESSO ÀS AULAS?



Sentir e transmitir confiança na escola. É preciso confiar que todas as medidas e ações possíveis estão a ser tomadas para tornar as escolas espaços seguros e protetores para o regresso do seu educando.



Reconhecer receios e sentimentos de ansiedade em si próprio e no seu educando, promovendo formas saudáveis de lidar com eles (ex., incentivar a expressão emocional dos educandos).



Reforçar no seu educando as mudanças dos processos e logísticas habituais da escola, relembrando o plano de contingência adotado.



Restabelecer, em casa, as rotinas relacionadas com a escola, mantendo o que for possível manter (por exemplo, hora de dormir em período letivo, fazer a mochila e preparar a roupa para o dia seguinte).



VÊM AÍ AS REUNIÕES DE PAIS... E AGORA?



Sabia que se perguntar todos os dias “Como foi o teu dia na escola?” ao seu filho a probabilidade de ele ter sucesso escolar aumenta? Este fator tem mais impacto do que o estatuto socioeconómico da família.

Com pequenos gestos que estão ao alcance de cada um de nós, podemos ajudar os nossos alunos a sentirem-se mais confiantes nas suas aprendizagens. De que forma as reuniões de notas podem ser úteis?

As reuniões de pais são um momento de proximidade entre a escola e as famílias e sabemos que esta parceria é muito importante para o sucesso dos nossos alunos, pelo que esta é uma oportunidade que deve ser bem aproveitada.



ANTES DA REUNIÃO



Tire alguns minutos antes da reunião para pensar se há algum tema que gostaria de esclarecer ou sugerir.

DURANTE A REUNIÃO

- Dê o seu melhor para estar 100% presente. Procure abstrair-se de outros pensamentos e preocupações e dedique este tempo ao seu filho.
- Tire notas de informações importantes ou eventos que vão acontecer, para poder partilhá-las com outros membros da família, especialmente com o aluno.
- Tire todas as dúvidas junto do Diretor de Turma (DT). Por vezes, numa conversa honesta de 5 minutos resolvem-se questões que, caso contrário, se poderiam arrastar por meses e dar muitas “dores de cabeça”.
- Remeta os assuntos que dizem respeito apenas ao seu educando para um momento individual com o DT. O tempo em que estão todos os pais presentes deve ser ocupado com temas úteis para todos.

DEPOIS DA REUNIÃO

- Partilhe as informações mais importantes com os restantes membros da família, especialmente com o seu educando.
- Relativamente às notas, analisem-nas em conjunto. Pergunte: “Quais foram as tuas maiores dificuldades?”, “O que achas que podes fazer para as ultrapassar?”, “Que ajuda achas que te posso dar, neste processo de melhoria?”. Procure perceber quais as histórias por detrás dos números.
- Quaisquer que tenham sido os resultados, incentive a mentalidade de crescimento - há sempre algo que pode ser aperfeiçoado e todos temos o poder de o fazer. Em relação ao que não foi tão bom, vejam-no como uma oportunidade para fazer diferente.
- Definem prioridades para os próximos meses (ex.: focar nas disciplinas com piores resultados) e estratégias ajustadas estilo de aprendizagem do seu educando e as vossas rotinas familiares (ex.: assim que chega a casa, fazer 30 minutos de revisão - O que dei hoje? Que tarefas tenho para fazer?).
- Em relação a atividades, eventos ou outras informações de que não se quer esquecer, porque não deixá-las coladas no frigorífico? É um local visível para todos e onde vamos frequentemente.

CRIE UM ESCAPE ROOM EM SUA CASA

"Em 2021 aconteceu o inesperado! Um coelho pascal, com um sentido de humor negro, decidiu presentear todos os portugueses com ovos de valor incalculável. Estes ovos atribuem super-poderes a quem se alimentar deles.

Eu acredito que estás entre os melhores, por isso convido-te a seres um Detetive Pascal: há apenas 60 minutos para descodificar todos os puzzles, deixados pelo coelho, e descobrir o esconderijo do tão desejado Ovo da Páscoa!"

Encontre as instruções e os enigmas no link abaixo.

[Instruções e enigmas aqui](#)

Visite o nosso Facebook e Website. Envie-nos por email (newslettercomvida@aceleiros.pt) as suas sugestões e partilhe connosco os registos das atividades realizadas em família.