

COMO POSSO AJUDAR O MEU EDUCANDO?

No decorrer do ano letivo...



- Converse sobre o dia e **mostre entusiasmo** pelas partilhas da criança.
- Brinque com jogos que desenvolvam a **atenção**, a **linguagem** e a **motricidade**.
- **Evite** a exposição prolongada a qualquer tipo de **ecrãs**, principalmente antes da hora de dormir.
- Ofereça **momentos de qualidade, em família**, ao final do dia, ainda que curtos.
- **Valorize cada conquista.**
- Dê **incentivos à autonomia** (ex. arrumar os seus brinquedos, ajudar a pôr a mesa...)
- Fomente a **leitura**, lendo histórias todos os dias.
- Cada criança tem o seu próprio ritmo de aquisição de competências, devendo o mesmo ser respeitado.
- **Mantenha uma comunicação aberta** com a educadora/escola, para partilha de informações.



O ESTÁ NESTA ESCOLA! O FUTURO DO MUNDO ESTÁ NESTA ESCOLA! O FUTURO DO MUNDO ESTÁ

Lembre-se que, todos os dias, a criança tem de:

- Brincar e explorar;
- Ter momentos de qualidade em família e longe de ecrãs;
- Manter uma alimentação equilibrada;
- Dormir bem (dormir entre 9 a 12 horas diárias);
- Manter horários e uma rotina estável e previsível.



SOMOS PARCEIROS EDUCATIVOS, POR ISSO, JUNTOS, FAREMOS A DIFERENÇA NA VIDA ESCOLAR DO SEU EDUCANDO!



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MAFRA
SERVIÇO DE PSICOLOGIA E ORIENTAÇÃO



Algumas dicas na
transição para a
Educação Pré-Escolar

COMO POSSO AJUDAR O MEU EDUCANDO?

Nos primeiros dias...

- **Converse** sobre a escola de forma positiva.
- Conte **histórias** e leia livros sobre o tema.
- Despeça-se de forma **curta, carinhosa e confiante**.
- Mostre que confia na educadora, bem como na escola.
- Estabeleça uma rotina matinal **calma e organizada**.
- Mantenha os horários das refeições e de dormir ajustados às necessidades do seu educando.
- Respeite o tempo de adaptação e **valide os sentimentos**.
- Pode colocar um objeto na roupa da criança, que a ajude a lembrar-se de si (ex. pulseira ou colar)



Problemas mais comuns na adaptação à Educação Pré-Escolar...

NOVA ROTINA

Esta quebra com a rotina antiga pode revelar-se difícil tanto para a criança, como para os seus pais.

APEGO AOS PAIS

Por vezes a ligação à família é tão forte que, na ausência dos adultos de referência, evidencia uma insegurança muito grande.

INSEGURANÇAS DOS PAIS

A insegurança que os próprios pais manifestam, pode influenciar a adaptação. A criança capta a ansiedade dos pais e pode condicionar a forma como esta encara a mudança.

PERÍODO PÓS-FÉRIAS

Muitas vezes a criança já está habituada à nova rotina do jardim de infância, mas os pais assistem a um retrocesso no seu comportamento no período pós férias. Isto é um problema comum e, se encarado com serenidade, é colmatado com rapidez.

ENSINAR A APRENDER

A educação **pré-escolar** constitui a primeira etapa da educação básica, que marca a preparação para o contexto educativo formal.

Através da construção de um ambiente seguro, cativante e que respeita as individualidades de cada criança, são criadas diversas oportunidades para a promoção das competências sociais, de autonomia e de aprendizagem.

Neste processo, é de salientar que a estreita colaboração entre a entidade educativa e a família representa uma peça fundamental.

