

## RENTABILIZAR O ENSINO À DISTÂNCIA

Tudo o que nos propomos fazer na vida implica – ORGANIZAÇÃO

Outra imposição é a DISCIPLINA. Não estando presencialmente nas aulas, não tendo o professor ao lado, precisamos ser mais responsáveis, desenvolver mais autonomia e capacidade de iniciativa.

O estudo à distância impõe ao aluno e à família (principalmente nos primeiro e segundo ciclos) uma reorganização da agenda diária. No terceiro ciclo e ensino secundário já se espera que o próprio aluno seja capaz de organizar sozinho o seu horário, de acordo com as aulas, atividades propostas, tempos que deve destinar para estudo autónomo, realização de exercícios e momentos de lazer.

Tudo isto, num contexto dito “normal” já é importante. Num contexto “especial” como o que estamos a atravessar, é fundamental. Antes de tudo vamos ter calma e respirar. Todos juntos vamos tentar operacionalizar e lidar com estas novidades. Não esqueçamos que estamos perante uma situação recente para: alunos, professores e família, num contexto difícil em que está em jogo a saúde de todos nós. Precisamos exercitar a nossa capacidade de tolerância, compreensão e resiliência.

Sofia Matos

Psicóloga Educacional do Agrupamento

### “Dicas” fundamentais para organizar o ENSINO À DISTÂNCIA



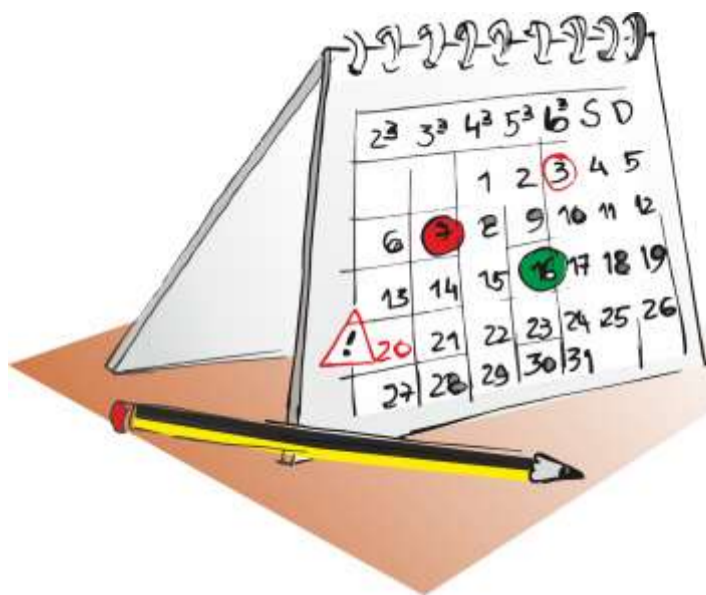
Local destinado ao estudo: Seja qual for o local, onde for, como for, deve estar destinado exclusivamente ao estudo. A existência desse local estimula a capacidade de concentração e aumenta o foco na tarefa. O espaço deve estar organizado e dotado com o material necessário ao trabalho (experimentemos).

#### Horário:

Reformulem o vosso horário. Inscrevam diferentes disciplinas e distribuam mais tempo às que envolvem mais trabalho, mais pesquisa e realização de exercícios. Elaborem um horário que seja real e equilibrado, que possa ser cumprido. Se trabalham melhor de manhã, coloquem mais tempo no vosso horário de manhã... se trabalham melhor à tarde, invistam mais tempo nesse período do dia.

Respeitem o vosso ritmo e estilo de aprendizagem. Não acabar por obter mais sucesso, assim.



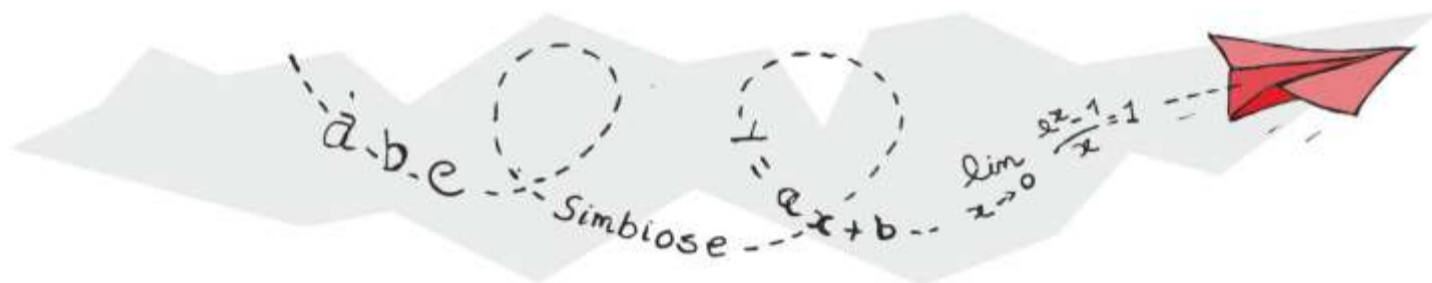


### Calendarizem as tarefas:

- Por datas - Coloquem em lugar visível as datas de entrega das tarefas pedidas. Assim, não se vão esquecer de as realizar e entregar;
- Por grau de dificuldade – As tarefas que são mais difíceis para nós, são as que nos exigem mais tempo e dedicação. Necessitamos de mais tempo para essas;
- Não deixem os trabalhos para o último dia – A chegada do prazo de entrega dos trabalhos pode ser mais um fator de stress e frustração e, ainda, contribuir para desentendimentos entre colegas, se se tratar de um trabalho de grupo. Deixar para a última hora, aumenta a probabilidade de tudo correr mal.

### Não fiquem com dúvidas:

Existem várias formas de se manterem ligados à escola e aos vossos professores. Assistam às vídeo-aulas e a todas as apresentações enviadas através das diferentes plataformas. Aproveitem esses mesmos meios para colocar de volta as vossas dúvidas.



### Entreajudem-se:

Contactem entre vocês pelos meios tecnológicos, falem, vejam-se, reúnam-se através do WhatsApp, do Facebook...

A utilização das redes sociais, nesta altura, pode facilitar a realização das tarefas, aumentar a motivação e permitir tirar dúvidas a pares.

A utilização das redes sociais, neste contexto, promove a interação social e o convívio.

Sejamos positivos, sejamos responsáveis, sejamos gratos a todos os que têm de sair de casa pelo bem-estar e sobrevivência dos restantes. Sejamos humanos, sejamos nós.

