

Educação Municipal de Santa Cruz do Sul

Estudantes



Sobre a Educação não Presencial

Para os estudantes durante o período de emergência

Todos estamos passando por um período de quarentena e, por mais difícil que possa parecer este momento, não é uma escolha de um ou de outro, então cada um precisa fazer a sua parte. Agora é hora de todos fazermos um esforço e atender aos combinados feitos com a família e os professores.

Ninguém está sozinho e, juntos, podemos resgatar muito do tempo que ficamos em casa sem ir à escola. Os professores estão à disposição para ajudar a sanar suas dúvidas.

É importante estar preparado para um esforço maior, uma organização na realização das atividades e tirar as dúvidas logo que elas surgirem. Não desanime, esta crise vai passar e tudo voltará a normalidade.

DICAS DE ROTINA

- **Organização:** Estudar em casa e sozinho não faz parte da rotina da maioria dos estudantes. Nossa casa é cheia de distrações como: sofá, cachorro, celular, TV... sem falar que não há um professor orientando o tempo todo sobre o que se deve fazer. Por isso é preciso que o estudante se organize para conseguir estudar. Criar uma agenda é essencial!
- **Mantenha uma rotina de estudo:** É o momento de ir atrás das referências que os professores indicaram em sala de aula e tudo aquilo que você ainda não viu. Pode ser agora a vez de colocar em prática a leitura diária. Que tal ler vinte páginas ainda hoje? Também vale revisar as atividades e anotações, assim a informação continua "fresca" para o retorno das aulas.



Vista-se para iniciar sua rotina! Se você deseja manter o ritmo dos estudos, nada de ficar de pijama o dia todo! Estar de pijama é garantia de que vai dar vontade de se encostar na cama e tirar um cochilo no meio da tarde. E o que era para ser apenas um rápido descanso de vinte minutos, pode virar duas ou três horas de sono. E a preguiça depois? Com certeza você vai acordar se perguntando: por que eu fiz isso? Levante, tome café e troque de roupa. O seu dia será mais produtivo assim!



Defina o seu espaço: Com certeza você conhece alguém que consegue estudar em qualquer lugar. Mas a grande maioria dos estudantes se distrai facilmente. Por isso que é muito importante escolher um ambiente tranquilo, garantindo que você não fique distraído pelo que acontece à sua volta.

Respeite os horários: É necessário fazer pausas semelhantes às que acontecem durante as aulas presenciais.

Movimente-se! Entre as pausas, aproveite para se alongar, caminhar pela casa e esticar as pernas. Determine um horário do dia para você fazer um exercício da sua preferência. Lembrando que é bom adaptar a atividade física para o ambiente interno. Lembre-se: o momento de reclusão é muito importante. Evite aglomerações, lugares fechados e lave as mãos regularmente. Cuide de você e das pessoas ao seu redor, que já já, a gente se encontra novamente.

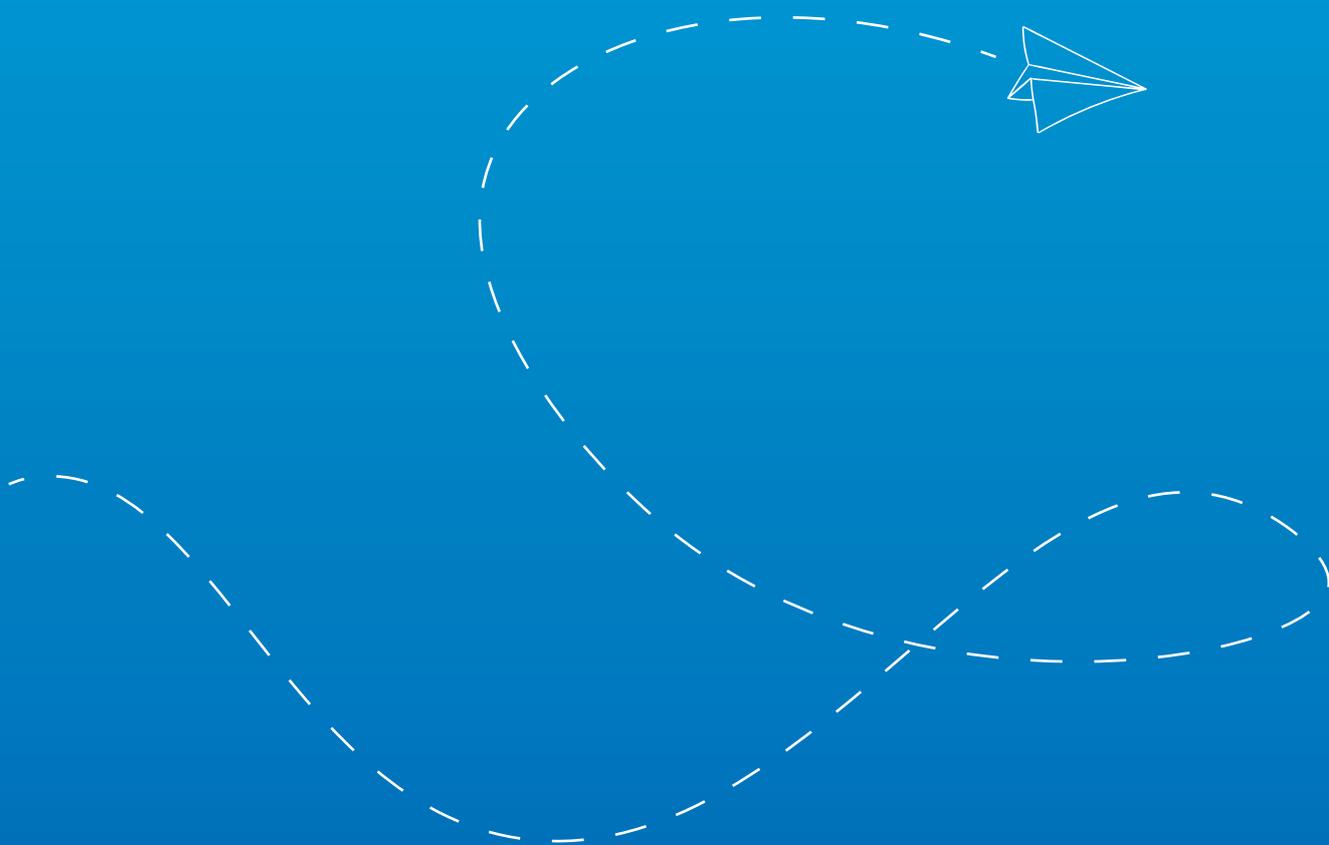


Tenha paciência: A forma como estão sendo impostos os novos desafios da Educação no cenário brasileiro devido à crise de Covid-19, exigirá paciência dos estudantes com os imprevistos. As escolas e os professores estão fazendo o possível para garantir ferramentas, então seja resiliente nesta hora.

Não fique sozinho: Sabemos que você pode estar sentindo falta dos seus amigos. A recomendação é evitar aglomerações, mas isto não significa que você não possa conversar e estudar virtualmente com eles. As redes sociais e até mesmo as ferramentas de videoconferência podem ser uma ótima oportunidade de rever os amigos e compartilhar conhecimentos.

Peça ajuda: Você precisará se adaptar e nem sempre é fácil para quem passou a vida inteira frequentando o ensino presencial, não é mesmo? Se você sentir dificuldade com a nova metodologia e não entender ou não conseguir utilizar os recursos adequadamente, peça ajuda aos profissionais da escola, pois estão se organizando com um time de apoio aos estudantes.

Aproveite a oportunidade da crise: A crise de Covid-19 nos deu a oportunidade de adaptação ao uso de novas tecnologias e a inserção de uma nova realidade no mundo da Educação. Aproveite a oportunidade e procure soluções para estudar melhor, aprender mais e conhecer outros recursos. Logo tudo isto vai passar e teremos aprendido muitas coisas.



SITES

somatematica.com.br: um site direcionado tanto para o aluno quanto para o professor. Nessa página é possível aprender matemática de forma descontraída, além de realizar exercícios e desafios matemáticos.

sogeografia.com.br: o site com o conteúdo mais completo sobre geografia. Nessa página você encontra materiais, curiosidades, jogos e tudo que você precisa aprender sobre geografia.

soportugues.com.br: um site direcionado para a língua portuguesa onde você encontra inúmeras páginas com conteúdos, exercícios, jogos, curiosidades e muito mais.

historiadomundo.com.br: o site com o conteúdo mais completo sobre história. Tudo que você precisa para aprender mais, e tirar suas dúvidas sobre história está aqui.

APPS

Duolingo: é uma plataforma de ensino de idiomas que compreende um site, aplicativos para diversas plataformas e também um exame de proficiência digital. Sendo um dos mais famosos e elogiados aplicativos de ensino de idiomas.



Rei da matemática: é um jogo matemático em um ambiente divertido, onde as crianças cumprem objetivos através de respostas às perguntas matemáticas e resolução de problemas.

Powernauts: esse APP é uma ótima ferramenta para conciliar diversão e aprendizagem. Aprenda a contar números, adicionar, subtrair, e muito mais, nesse jogo matemático.



ONDE SERÁ FEITO O ATENDIMENTO?

**DOR DE GARGANTA,
FEBRE, TOSSE E
FALTA DE AR**

UPA, Hospitalzinho ou hospitais.

**DOR DE GARGANTA,
FEBRE E TOSSE**

Ambulatório de campanha.

CORIZA E FEBRE

Fique atento, mas em casa!

CORIZA

Fique em casa!

ENDEREÇOS ÚTEIS

*Unidade de Pronto Atendimento - UPA - 24 horas.
Rua Carlos Swaroswky, 850, Bairro Esmeralda.*

*Pronto Atendimento do Hospital Santa Cruz - PA/HSC - 24 horas.
Rua Fernando Abott, 174, Centro.*

*Casa de Saúde Ignez Moraes - Hospitalzinho - das 7 às 23 horas, todos os dias, contando com plantão pediátrico das 17 às 23 horas.
Rua João Rabuske, 12, Bairro Santa Vitória, às margens da BR 471.*

*Hospital Ana Nery - Particular ou convênios: 24 horas (adulto em todos os dias e plantão pediátrico da Unimed em fins de semana e feriados). De segunda a sexta, plantão pediátrico da Unimed das 19 às 7 horas.
Rua Pereira da Cunha, 209, Bairro Ana Nery.*

*Ambulatório de Campanha - 24 horas.
Ginásio Poliesportivo, entrada pelo portão 7, na Avenida Independência.*

*Centro Materno Infantil - Cemai - 24 horas.
Rua Ernesto Alves, 128 (Provisório) - Centro.*

TELEFONES ÚTEIS

Secretaria Municipal de Educação: (51) 3715-2446

Dúvidas sobre sintomas: (51) 3717-7300, opção 2 (Tele Cuidado)

Vigilância Epidemiológica: (51) 2109-9547 ou (51) 98444-9875

Acolhimento à pessoa idosa: (51) 3717-7300, opção 3

Cadastro para receber doações: (51) 3715-1895 (aceita ligação a cobrar),
(51) 3713-2070 e (51) 3715-2446

Agendamento para doações: (51) 3715-2446

Denúncias de aglomerações, eventos ou estabelecimentos abertos: (51) 99529-3026

Informações e notícias atualizadas: (51) 99615-7365

WhatsApp da Prefeitura: (51) 98443-0312

