

ALGUNS CONSELHOS PARA QUANDO ESTÁS A APRENDER A DISTÂNCIA



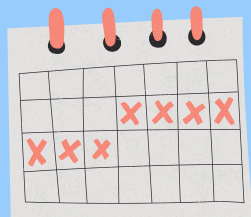
1 - LÊ COM ATENÇÃO O PLANO DE ATIVIDADES DA TURMA QUE O/A DT TE ENVIOU PARA PODERES PLANIFICAR O TEU PRÓPRIO TRABALHO.

Mas só isso não chega! Deves, depois, seguir as indicações que os professores te vão dando, diariamente, nomeadamente através do Google Classroom. Se tiveres dúvidas coloca-as aos teus professores.



2 - LÊ COM ATENÇÃO TODAS AS MENSAGENS / ORIENTAÇÕES QUE O/A DT E OS TEUS PROFESSORES TE ENVIAM!

Não chega tomar nota dos exercícios a realizar ou abrir os anexos que algum colega te enviou. As orientações do professor continuam a ser fundamentais.



3 - FAZ UM CALENDÁRIO

Realiza, cronologicamente, as atividades escolares, atendendo às datas em que terminam os prazos das tarefas de cada disciplina; fixa os horários em que os professores estão online com a tua turma. Caso, alguma vez, não tenhas possibilidade de estar online informa o teu professor ou o/a DT.



4 - FAZ UM HORÁRIO DE TRABALHO

(dentro do teu próprio horário escolar) que te permita fasear o teu estudo e ter as tarefas prontas nos prazos indicados pelos professores; quanto tempo vais dedicar ao estudo, por dia, em que altura do dia o vais fazer e quando é que podes solicitar apoio ao(s) professor(es).



5 - AULAS SÍNCRONAS

Entende que uma sessão síncrona é equivalente a uma aula pelo que, também aqui, deves ser assíduo/a e pontual. A câmara deverá estar sempre ligada. O microfone deverá estar desligado, exceto, quando o professor indicar. Participa de uma forma responsável e produtiva nas sessões/aulas.

6 - USA OS MEIO DE COMUNICAÇÃO AO TEU DISPOR



O e-mail, o Hangouts e o Classroom para receberes as tarefas/atividades, para esclareceres dúvidas e para receberes apoio. Não deixes de entregar um trabalho ou de não o concluir. Os teus professores estão disponíveis para te ajudar.

Consulta as mensagens privadas que os professores vão colocando como feedback dos trabalhos realizados e usa-as como processo de melhoria do teu desempenho.

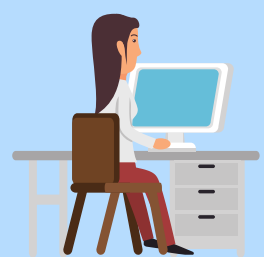
7 - MANTÉM-TE EM CONTACTO COM OS TEUS PROFESSORES E COM OS TEUS COLEGAS ...



e usa o apoio disponível. Isso ajuda a não te sentires isolado ou frustrado com alguma dificuldade.

Tenta realizar os trabalhos de forma autónoma para que o professor possa diagnosticar aprendizagens que necessitem de reforço.

8 - NÃO FIQUES NA CAMA OU NO SOFÁ!



Encontra um espaço onde possas estar concentrado a trabalhar e estudar. Tem junto de ti os materiais habitualmente necessários às aulas.

Cria uma rotina mesmo dentro de casa.

Durante as aulas síncronas utiliza roupa adequada como aquela que usarias na escola.

9 - FAZ INTERVALOS.



Para comer, apanhar ar (mesmo que seja à janela ou na varanda) ou conversar com os teus familiares ou mesmo com um amigo (mas nesse caso, evita estar muito tempo “ligado” às tecnologias) .

10 - NÃO TE ESQUEÇAS QUE DORMIR BEM É IMPORTANTE!



Dormir as horas necessárias é muito importante, ainda mais agora! Não é porque não vais à escola que os horários devem “descontrolar-se”.

É muito importante manteres rotinas saudáveis.

11 - DURANTE AS PAUSAS QUE FAZES PARA DESCANSAR, UTILIZA O TELEMÓVEL OU O COMPUTADOR APENAS SE FOR NECESSÁRIO.



A tua exposição às tecnologias, aos ecrans, aumenta com este tipo de ensino, o que pode ser perigoso para a tua saúde.

12- USA REGRAS DE BOA COMUNICAÇÃO COM OS OUTROS.



Quando envias um e-mail, identifica o assunto e identifica-te a ti; quando envias um ficheiro com o teu trabalho, dá-lhe um nome (por exemplo, Manuel Francisco _7ºX_Trabalho de Inglês, ou segue as instruções que o teu professor te indicar.

Não uses o *chat* durante as aulas para conversar com os os teus colegas. Deves usá-lo para colocar alguma dúvida ou dar informação ao professor.

Fica atento para que as tuas mensagens ou os teus trabalhos não se percam!

Agrupamento de Escolas de Parede

Fevereiro de 2021