

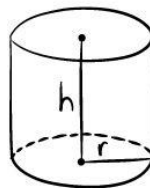
5 passos para o SUCESSO ESCOLAR do teu filho



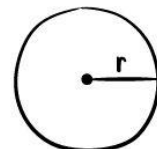
$$x = \frac{-b \pm \sqrt{b^2 - 4ac}}{2a}$$

Aprender

Estudar



Rotinas



$$A = \pi r^2$$

Erros



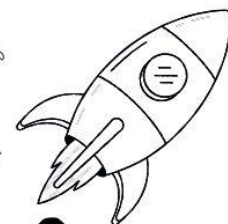
Sucesso



Motivação

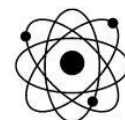


Dificuldades



Trabalho de casa

TPC



Índice

Introdução

5 passos para levar o seu filho ao sucesso escolar

1. Criar um espaço de estudo motivador
 1. Como organizar o espaço dedicado ao estudo?
 2. Como organizar o espaço dedicado ao estudo?
 3. Como gerir o tempo e as distrações?
 4. Como criar uma rotina de estudo?
2. Ajudar nas tarefas escolares
 1. Como ajudares o teu filho a fazer os TPC's sem frustrações?
 2. Que técnicas de organização e estudo deves ensinar?
 3. Como dar apoio e incentivar, sem pressionar?
 4. Que recursos e ferramentas de apoio podes usar?

3. Comunicar e acompanhar

1. Como manter um diálogo aberto sobre a escola?
2. Como acompanhar o desempenho escolar e dar ajuda quando necessário?
3. Como desenvolver uma relação positiva com a escola?

4. Motivar a Criança

1. Como elogiar o esforço e as conquistas?
2. Como celebrar o sucesso e aprender com os erros?
3. Como Incentivar a autonomia e a responsabilidade?

5. Ultrapassar dificuldades de aprendizagem

1. Como identificar as dificuldades de aprendizagem?
2. Como procurar ajuda profissional especializada?

O que fazer a seguir?

Antes de começar

Porque precisas destas dicas?

O envolvimento dos pais no processo de aprendizagem dos filhos é fundamental para o seu sucesso escolar.

Diversos estudos comprovam que os alunos que têm pais envolvidos na sua educação têm melhores notas.

Nas próximas páginas tens dicas simples que vão criar sucesso escolar!

Passo 1

O ambiente

Criar um ambiente de estudo positivo

Como organizar o espaço dedicado ao estudo?

Localização: Escolhe um local tranquilo, com boa iluminação e sem distrações. Retira ou desliga a televisão, remove os jogos e barulhos externos.

Mobiliário: A mesa e a cadeira devem ser adequadas à altura do teu filho e proporcionar conforto. O pés devem estar assentes no chão e as pernas num ângulo de 90°. A mesa deve ser larga e profunda o suficiente para que haja espaço para os materiais de estudo.

Organização: O espaço deve ter várias prateleiras, gavetas e porta-lápis para facilitar o acesso aos materiais escolares.

Decoração: Decora o ambiente com elementos que motivem o teu filho, como *posters*, frases inspiradoras ou trabalhos escolares.

Passo 1

O ambiente

Criar um ambiente de estudo positivo

Como gerir o tempo e as distrações?

Cria um horário de estudo: Define a hora de início e de fim do estudo. Inclui tempo para pequenas pausas e para as atividades extracurriculares.

Define metas: Cria metas realistas e alcançáveis para cada sessão de estudo. Se forem demasiado altas criam frustração, se forem demasiado baixas, são ineficazes.

Minimiza as distrações: Desliga o telemóvel, a televisão e outros dispositivos eletrónicos que possam desviar a atenção do teu filho.

Utiliza ferramentas de gestão de tempo: Utiliza aplicações ou relógios para ajudar o teu filho a controlar o tempo de estudo.

Passo 1

O ambiente

Criar um ambiente de estudo positivo

Como criar uma rotina de estudo?

Cria um ritual de início e fim: Define um ritual para iniciar e finalizar as sessões de estudo, como organizar o material, fazer um alongamento ou uma dança de vitória.

Ensina técnicas de estudo: Ensina ao teu filho técnicas de estudo eficazes, como resumo, esquemas e cartões de perguntas e respostas.

Estimula a autonomia: Incentiva o teu filho a ter iniciativa e ser responsável pelos seus estudos, perguntando quais são os trabalhos de casa ou quando tem o próximo teste.

Sê paciente e compreensiva: Adapta a rotina às necessidades e ritmos de aprendizagem do teu filho, ele é único.

Passo 2

O estudo

Ajudar nos trabalhos de casa

Como ajudares o teu filho a fazer os TPC's sem frustrações?

Mostrar interesse: Pergunta ao teu filho como foi o seu dia e o que ele trás como trabalho de casa.

Criar um ambiente favorável: Prepara um local tranquilo e organizado para que ele realize os trabalhos. Pode ser a bancada da cozinha, ao seu lado, enquanto prepara o jantar.

Dar ajuda: Ajuda o teu filho quando for necessário, mas nunca faças o trabalho por ele, nem lhe dê as respostas. Tem de ser ele a percorrer o caminho do sucesso.

Ser paciente e compreensiva: Tens de ter paciência quando surgirem as dificuldades. Faz perguntas que o ajudem a chegar ao caminho da solução.

Elogiar o esforço: Elogia o esforço, independentemente do resultado final.

Passo 2

O estudo

Ajudar nos trabalhos de casa

Que técnicas de organização e estudo deves ensinar?

Organizar os materiais: Mostra ao teu filho como deve colocar o material no espaço de trabalho e a arrumar na mochila para o dia seguinte.

Estratégias de estudo: Explicar várias técnicas de estudo eficazes, como resumo, esquemas e cartões de pergunta e resposta. Com o tempo ele saberá qual a melhor estratégia para cada disciplina.

Planear o tempo: Cria um calendário de testes ou trabalhos ou oferece uma agenda em papel e ensina-o como deve registar os testes e trabalhos de casa. Com a agenda torna-se mais fácil organizar o tempo para estudar eficazmente para os testes.

Passo 2

O estudo

Ajudar nos trabalhos de casa

Como dar apoio e incentivar, sem pressionar?

Estimular a autonomia: Responsabiliza o teu filho pelas tarefas realizadas e/ou a realizar, podes criar uma lista de tarefas. No máximo 3 tarefas. À medida que for melhorando a autonomia podem passar a 5 ou a 7 tarefas. Podem ser tarefas domésticas!

Evitar a pressão: Não exijas resultados perfeitos. O erro é a parte mais importante da aprendizagem. Com um erro aprendemos mais do que com mil conquistas.

Dar apoio emocional: Está disponível para ajudar sempre que surjam frustrações e dificuldades.

Celebrar conquistas: Comemora cada conquista que o teu filho tiver e reconhece o seu esforço.

Passo 2

O estudo

Ajudar nos trabalhos de casa

Que recursos e ferramentas de apoio podes usar?

Recursos online: Existem imensos recursos online que podem ajudar nos trabalhos de casa, desde jogos educativos, tutoriais e plataformas de ensino, como o canal do *Youtube do Bairro de Ideias*.

Ajuda profissional: Se o teu filho estiver com muitas dificuldades e as estratégias não resultarem, procura ajuda profissional de uma sala de estudo, um explicador ou psicólogo.

Professores: Fala regularmente com o diretor de turma do teu filho sobre as dificuldades que ele tem.

Passo 3

A comunicação

Melhorar a comunicação e o acompanhamento

Como manter um diálogo aberto sobre a escola?

Conversa com o teu filho sobre o dia na escola: Pergunta-lhe sobre os amigos, professores, atividades e o que aprendeu.

Demonstra interesse: Escuta com atenção e demonstra interesse genuíno pelo que o teu filho tem para e dizer. Envolve-te na conversa e faz mais perguntas.

Faz perguntas abertas: Evita perguntas que apenas podem ser respondidas com um simples "sim" ou "não". Este tipo de perguntas não ajuda a criar conversa.

Cria um ambiente seguro: Num ambiente seguro e acolhedor o teu filho sentir-se-á à vontade para falar sobre as suas dificuldades e frustrações.

Passo 3

A comunicação

Melhorar a comunicação e o acompanhamento

Como acompanhar o desempenho escolar e dar ajuda quando necessário?

Acompanha as plataformas escolares: Vai regularmente ao site da escola onde são colocadas as notas do teu filho e vê como evoluem os resultados escolares.

Conversa com o teu filho sobre as suas notas: Identifiquem juntos as áreas que precisam de mais atenção.

Ajuda quando necessário: Se ele estiver com dificuldades, dá-lhe a ajuda que precisa, mas sem fazer o trabalho por ele.

Procura ajuda profissional: Se o teu filho estiver com dificuldades significativas, procura ajuda profissional de um explicador ou de um psicólogo.

Passo 3

A comunicação

Melhorar a comunicação e o acompanhamento

Como desenvolver uma relação positiva com a escola?

Comunica com o Diretor de Turma: Mantem um contacto regular com os professores do teu filho e demonstra interesse pelo progresso dele.

Participa nas atividades da escola: Sempre que seja possível, participa nas atividades da escola, como eventos, reuniões e projetos.

Colabora com a escola: Colabora com a escola para garantir o sucesso da criança.

Sê um parceiro da escola: Se todos trabalharem para o mesmo objetivo, o sucesso do teu filho, é mais fácil chegar ao sucesso.

Passo 4

A motivação

Como elogiar o esforço e as conquistas?

Elogia o esforço do teu filho, independentemente do resultado final: É importante reconhecer o esforço, mesmo que o teu filho não tenha obtido os resultados desejado.

Faz elogios específicos: Diz ao teu filho exatamente o que ele fez de bom, como "Tu esforçaste-te muito para aprender essa nova matéria".

Evita comparações: As comparações têm a capacidade de destruir a motivação e criar frustração, por isso evita-as! Nunca compares o teu filho com os outros colegas da turma ou da escola.

Passo 4

A motivação

Como celebrar o sucesso e aprender com os erros?

Comemora as conquistas: celebra cada conquista do teu filho, quer seja grande ou pequena, para que ele se sinta valorizado.

Ajuda o teu filho a aprender com os erros: Ensina-lhe que errar faz parte do processo de aprendizagem e que é importante aprender com os erros.

Incentiva a persistência: Incentiva o teu filho a persistir diante das dificuldades e a não desistir facilmente.

Passo 4

A motivação

Como Incentivar a autonomia e a responsabilidade?

Dá autonomia ao teu filho: Ele tem de ser autónomo e tomar as suas decisões e ser responsável pelos seus estudos.

Ensina-o a organizar: Explica ao teu filho como se organizar e gerir o seu tempo de forma eficiente.

Confia na capacidade do teu filho: Ele é capaz de aprender e superar desafios.

Passo 5

Dificuldades

Ultrapassar dificuldades de aprendizagem

Como identificar as dificuldades de aprendizagem?

Observa o comportamento do teu filho: Verifica se ele tem dificuldades em acompanhar as aulas, a realizar tarefas, a prestar atenção ou fica facilmente frustrado com os estudos.

Conversa com o teu filho: Tentem identificar os pontos em que ele precisa de mais ajuda.

Conversa com os professores: Sabe quais as suas preocupações e peça orientação para trabalharem em equipa.

Passo 5

Dificuldades

Ultrapassar dificuldades de aprendizagem

Como procurar ajuda profissional especializada?

Procura um centro de estudos: Eles têm experiência em avaliar e identificar as causas das dificuldades de aprendizagem do teu filho e podem contribuir para a resolução do problema ou encaminhar para outra solução.

Procura um explicador: Ele pode ajudar o teu filho a desenvolver estratégias de estudo, organização e explicar os conteúdos em que o teu filho tem mais dificuldades .

Procura um psicólogo: Ele pode ajudar o teu filho a lidar com as frustrações e a baixa autoestima que podem surgir em consequência das dificuldades de aprendizagem.

Próximo passo O que fazer....

Os desafios na educação dos nossos filhos são muitos e continuados ao longo do tempo, por isso, relê este e-book sempre que necessário e verifica se estás a implementar todas as estratégias!

Agradecemos a leitura deste e-book e esperamos que ele tenha sido útil para ti.

Quem Somos?

O sucesso dos nossos alunos é o nosso sucesso!

A **Ana Maria** nasceu em Paris. Aos 17 anos veio para Portugal sem saber falar português! Queria ser professora de português mas foi aconselhada a desistir.

Contrariando a expectativas, estudou e **foi mestre em Ensino de Português e Francês**. Deu aulas **do 1º ao 12º ano**, classificou **exames nacionais**, formou adultos, deu **explicações durante 18 anos**. **Faleceu em outubro de 2022**, deixou os seus conhecimentos no canal de ***Youtube do Bairro de Ideias***.

A **Cidália**, portuguesa, de origens humildes, foi rotulada como incapaz e ter sucesso nos estudos devido ao nome de família, no 1º dia de aulas. Dedicou-se e trabalhou para superar as dificuldades.

Licenciou-se em **Ensino de Matemática** e ensina do **1º ao 12º ano e superior**, classifica **exames nacionais de Matemática A, Matemática B, e MACS**, forma adultos, dá apoio ao estudo e **explicações há mais de 20 anos**.

As duas criaram **o Bairro de Ideias**, porque desejavam fazer algo diferente pelos alunos. O centro de estudos aplica um **método de trabalho inovador focado nas necessidades individuais** de cada aluno. Há dez anos que vêem o brilho nos olhos dos seus alunos quando desfrutam do sucesso.

Contacta-nos Queremos ajudar

- E-mail: bairrodeideias@gmail.com
- Telemóvel: 934 732 684
- WhatsApp: 934 732 684

Aqui há



Vídeo-aulas grátis

Bairro de Ideias
centro de estudos

