

COMO RETORNAR À ROTINA ESCOLAR DEPOIS DAS FÉRIAS?

Laila Rosa

Voltar à escola após as férias pode ser um desafio, principalmente para as crianças pequenas. Alguns precisam readquirir confiança na escola e a vontade de estar na escola, pois para eles estar em casa com a família é mais aconchegante e seguro.

A autoconfiança, a autonomia e a segurança surgem também de “breves separações” bem-sucedidas e, sendo a escola um dos primeiros lugares onde essa experiência acontece na história de uma criança, vemos a importância da adaptação e da orientação da família para viver esta situação.

Já para os adolescentes a história é outra. Eles se adaptam rapidamente a não ter uma rotina específica durante as férias, podem assistir às suas séries favoritas, dormir e acordar mais tarde, jogar videogame, fazer viagens e o principal: geralmente não há rotina de estudos. Por isso é interessante que a rotina volte a ser seguida nos dias que antecedem o retorno às aulas.

Aqui vão algumas dicas para os responsáveis que facilitarão o período de adaptação e de readaptação depois das férias:

- Alguns dias antes do retorno/ início das aulas é importante que comece a se estabelecer a rotina habitual com os horários de refeição e sono para que ele (a) não sinta tanto os horários da rotina escolar.
- Converse com seu filho (a) sobre o retorno ou ingresso à escola de maneira tranquila, evidenciando os aspectos positivos, como o encontro com os amigos, com a professora, a volta aos cursos extras, a importância dos novos aprendizados.

- Deixe claro, quanto é importante a escola na vida deles para que se sintam mais confiantes e determinados;
- Organize um quadro de horário com todas as atividades e deixe-as em um lugar visível para a criança ou adolescente visualize-a e se programe para o desenvolvimento delas;
- Deve-se disciplinar o uso das tecnologias e definindo um horário a cumpri-lo.
- Introduzir momentos de leitura ou assistirem a documentários, pois isso aguça a vontade de aprender sobre novos assuntos;
- Uma semana antes das aulas começarem, organize o material escolar e prepare o uniforme. É o momento, para iniciar a se familiarizar com o que será usado durante o ano. Os pais devem permitir que os filhos os ajudem a arrumar a mochila;
- Se a criança ou adolescente costumam ir e voltar para a escola sozinhas, o oriente a andar sempre em grupo, e não andar sem companhia em locais sem movimento;
- Os pais ou familiares devem mostrar firmeza e segurança na hora de deixar a criança, despedindo-se carinhosamente. Se ela chorar no retorno às aulas, acompanhe a criança até a sala de aula e peça orientações à coordenação. Em alguns casos, deve ser proposto algumas estratégias de adaptação, como por exemplo, progredir o tempo de permanência. Cabe à escola determinar o momento em que a família deve ir se afastando para que a adaptação ou readaptação aconteça, é importante que os pais confiem na experiência da instituição de ensino.
- Para as crianças entre 2 e 3 anos, é recomendável que os pais ou responsáveis cheguem à escola com a criança no chão, não no colo, isso facilitará despedida e o acolhimento dos professores;
- Quando sair, a despedida deve ser rápida, passando segurança à criança de que o que está fazendo é o melhor para ela, nunca minta e conte exatamente tudo que vai acontecer, o que você estará fazendo enquanto ela está na escola e indique que voltará para buscá-la.
- O responsável por buscar o aluno deve ser pontual. O grande medo da criança é de ser abandonada ou esquecida na escola.
- Não fique chateado (a) se seu filho precisar de um período maior de adaptação ou no retorno as aulas precisar de cuidados para se readaptar, cada criança tem o seu tempo.

- Cuidado para não ceder às manhas e birras. Não negocie sua permanência na escola em troca de guloseimas ou brinquedos.
- Incentive seu filho (a) a compartilhar as experiências divertidas das férias com os amigos, e a se interessar pelo que os colegas viveram nas férias também.
- Crie um momento feliz para encerrar as férias, assim como todo ciclo se finda, precisa ser celebrado. Não precisa ser nada tão elaborado: um filme para família, com todos juntos pode ser uma ótima opção, um piquenique, um bolo, brigadeiro de colher, uma leitura. Para eles tudo é válido. Então, o cérebro entenderá que uma nova fase iniciará e a motivação virá naturalmente.
- Nos primeiros dias e/ ou semanas é natural que haja algumas adversidades, mas contem conosco para que tudo volte ao normal.
- Sabemos que a rotina dos pais e familiares não é tão flexível, excesso de trabalho, jornadas exaustivas, excesso de informação virtual e que tudo isso parece tornar impossível colocarmos todas as dicas em prática. Na verdade, o que realmente importa é a qualidade do tempo que estiverem juntos. Trinta minutos por dia, duas horas, pela manhã, uma tarde toda, à noite, cada um adapta à sua realidade.

De que adiantaria ficar o dia todo com o filho (a) se não há nenhum momento de diálogo ou interação? Para eles todo e qualquer momento de dedicação exclusiva é suficiente. Então, agregar isso como uma tarefa que deve ser executada é um primeiro passo aos que sentem mais dificuldade.



**ESCRITO POR
LAILA ROSA**

Letras, Pedagogia, Neuropsicopedagogia,
Gestão Escolar e Gestão de pessoas