

Comparecer para Ser Bem-Sucedido: Dicas para a Frequência Escolar

Crianças pequenas que frequentemente faltam à escola perdem a oportunidade de conviver com os amiguinhos, participar das atividades de aprendizagem e de aprender com as experiências compartilhadas necessárias para sentirem-se aceitas e serem bem-sucedidas na escola. Estudos científicos demonstram que faltar apenas dois dias de aulas a cada duas semanas pode estressar uma criança e fazer com que o aprendizado e desenvolvimento de habilidades para o êxito na sala de aula se tornem mais difíceis para a criança. Infelizmente, uma dentre 10 crianças falta mais de um mês de aula no ano letivo.

Se o seu filho(a) tem um problema crônico de faltas, você pode utilizar essas dicas para desenvolver hábitos de boa frequência escolar:

Estabelecer um horário para dormir cedo e uma rotina na hora de dormir ajudará o seu filho a ter o descanso necessário para enfrentar cada dia pronto para ser bem-sucedido.

As rotinas para o horário de dormir podem incluir tomar banho, escovar os dentes, ler um livro e devem permitir que as crianças tenham bastante tempo de se preparem para dormir.

Ler com as crianças ou tocar música baixinho antes de dormir acalma e relaxa as crianças fazendo com que peguem no sono mais facilmente. Recomenda-se que as crianças não usem aparelhos eletrônicos antes de dormir.

Estabelecer uma rotina matinal. As famílias devem colocar seus alarmes para despertar no mesmo horário todos os dias e assim terem tempo suficiente para concluir as rotinas matinais e reduzir o estresse desnecessário.

Reservar um tempo para acontecimentos inesperados. Preparar as roupas, a lancheira e as mochilas na noite anterior e acordar de manhã tendo bastante tempo para chegar à escola.

Se necessário, peça ajuda para deixar ou buscar seu filho na escola, peça ajuda às pessoas da família, vizinhos

ou outros pais. Não esqueça de antes verificar os regulamentos de segurança da escola.

Se o seu filho está faltando às aulas por causa de frequentes dores no estômago e dores de cabeça, a causa dessas dores pode ser estresse ou conflitos. Se o seu filho se mostrar apreensivo em ir à escola, converse com o professor ou conselheiro para pedir orientação em como fazê-lo se sentir mais tranquilo.

Pedir ajuda quando precisar. Os funcionários da escola, provedores de programas após o horário escolar, outros membros da família ou agências da comunidade estão disponíveis para ajudá-lo e conversar sobre os problemas que estão afetando a frequência escolar.

The Department of Multicultural Education Portuguese Translation Team certifies that this is a true and faithful translation of the original document. (561) 454-2828 February 2025-5725-1006