

# COVID-19

## REGRESSAR À ESCOLA EM TEMPO DE PANDEMIA: RECOMENDAÇÕES PARA PAIS E CUIDADORES, DIRECTORES E PROFESSORES

The background is a solid orange color with a repeating pattern of stylized virus particles. Each particle is represented by a large central circle with several smaller circles attached to its perimeter, resembling a cell or a microorganism. The pattern is scattered across the entire page.

**SETEMBRO 2020**

No último ano lectivo, a **pandemia COVID-19** obrigou a **alterações nos contextos educativos** e nos **processos de ensino-aprendizagem**, gerando novas interacções entre os **alunos, os pais/cuidadores, os professores/outros profissionais e a escola**. A incerteza e as mudanças nas dinâmicas relacionais e de aprendizagem mantêm-se neste novo ano lectivo de 2020/2021, que agora se inicia. **Toda a comunidade educativa enfrenta desafios excepcionais.**

No regresso à escola, acompanhando **sentimentos de entusiasmo e algum alívio**, é natural que predominem ainda **sentimentos de incerteza e medo** relativos à exposição ao vírus. **Quer as crianças e jovens, quer os pais/cuidadores e educadores/professores, podem preocupar-se** com o aumento da exposição ao risco que decorre da potencial necessidade de andar de transportes públicos, de estar em espaços fechados com proximidade a outras crianças e jovens, da dificuldade em controlar e garantir que todos adoptam os comportamentos de protecção necessários para os manter em segurança.

É natural que **pais e cuidadores** possam experienciar uma variedade de sentimentos (às vezes aparentemente opostos, tais como alívio e preocupação, culpa e confiança) face ao regresso à escola. É natural que se sintam ansiosos com planos de regresso que possam parecer vagos, ou cépticos relativamente ao cumprimento de algumas medidas. É natural que se sintam preocupados, também, com novas



possibilidades de encerramento das escolas, modelos de ensino mistos ou à distância, ou com a implementação de outras medidas.

No caso das **crianças e jovens**, o período de encerramento das escolas significou novas barreiras ao seu desenvolvimento social, psicológico e educativo, agravando situações de **desigualdade** já existentes e colocando em causa dimensões fundamentais da sua vida (como a quebra de rotinas, brincadeiras e contactos sociais). A UNICEF Portugal tem estado a acompanhar a situação das crianças, desde a declaração do Estado de Emergência, e realizou um diagnóstico sobre os efeitos da pandemia no Bem-estar e Direitos da Criança. Neste inquérito (UNICEF Portugal, 2020), as crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 17 anos manifestam as suas preocupações, reconhecendo que a situação atual obrigou a muitas mudanças na sua vida. No topo destas estão uma nova rotina associada a sentimentos de insegurança, alterações a nível escolar, o menor contacto com os seus pares e uma diferente utilização dos espaços público e privado. Deste modo, o **regresso à escola poderá ser particularmente desafiante este ano lectivo**, exigindo medidas específicas de suporte, que promovam uma **reintegração escolar que, por sua vez, assegure a Saúde Física, mas também Psicológica e garanta o Bem-estar da criança**.

A reabertura das escolas implica mudanças nos procedimentos anteriores, alterações nos hábitos sociais e nas emoções de

todos os envolvidos. O impacto do vírus e da pandemia continua a depender também do comportamento de cada um de nós. Por isso, continuaremos a precisar de ser **pacientes e resilientes, capazes de nos adaptarmos constantemente**, nomeadamente à possibilidade de existirem alterações nas medidas e no que respeita aos comportamentos recomendados em contexto escolar.

NESTE SENTIDO, É FUNDAMENTAL QUE O REGRESSO À ESCOLA SE BASEIE NA PREMISSA QUE A ESCOLA É UM ESPAÇO SEGURO E PROTETOR, CUIDADOR E DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO, À SAÚDE (FÍSICA E PSICOLÓGICA) E AO BEM-ESTAR DAS CRIANÇAS, JOVENS E DEMAIS COMUNIDADE EDUCATIVA<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> UNICEF Portugal (2020). Medidas para a acção local - promoção de ambientes seguros e protectores para as crianças no pós-confinamento. <https://www.unicef.pt/actualidade/publicacoes/medidas-para-a-acao-local/>

**A dimensão psicológica das medidas de segurança é essencial,** uma vez que só um ambiente emocionalmente seguro capacita as crianças e jovens para aprender, estudar e relacionar-se<sup>2</sup>.

Numa situação em que planeamos o imprevisível, **a prioridade deve ser responder às necessidades de aprendizagem social e emocional das crianças e jovens, bem como às necessidades de Saúde Psicológica e de Bem-estar de toda a comunidade educativa.**

Para além das recomendações que sugerimos neste documento, é possível consultar o [COVID-19 | Dossier para a Comunidade Educativa – Recomendações para Pais, Professores, Psicólogos e Directores.](#)



<sup>2</sup>Sobre o posicionamento da OPP relativamente à necessidade de avaliar o custo emocional das medidas sanitárias na comunidade escolar, consulte a carta enviada à Sra. Directora Geral da Saúde - "[Medidas sanitárias e Saúde Mental/Psicológica](#)".

# RECOMENDAÇÕES PARA PAIS E CUIDADORES

Embora os pais se possam sentir mais stressados e ansiosos com o regresso à escola este ano lectivo, continuam a desempenhar um **papel fundamental junto das crianças e jovens, influenciando a sua capacidade de gerir as alterações necessárias em tempo de pandemia**, bem como as emoções e preocupações provocadas pela situação.

A vida durante a pandemia da COVID-19 é difícil tanto para as famílias como para as crianças. O regresso à escola é um momento importante, mas provavelmente com muitas dúvidas e questões<sup>3</sup>.

## O QUE PODEM OS PAIS E CUIDADORES FAZER PARA FACILITAR O REGRESSO À ESCOLA DE CRIANÇAS E JOVENS?

» **Reconheçam e identifiquem receios e sentimentos de ansiedade em si próprios e nas crianças e jovens de quem cuidam, promovendo formas saudáveis de lidar com eles, sem cair em exageros.** Incentivem as crianças e jovens a expressarem as suas emoções, disponibilizando-se para o diálogo e validando o que sentem relativamente ao regresso à escola. Assegurem à criança ou jovem que é natural

ter sentimentos diversos (por exemplo, entusiasmo, alívio, preocupação e zanga) nesta situação.

» **Conversem** com a/o criança/jovem sobre aquilo que a/o preocupa, mas também sobre aquilo que deseja no regresso à escola, ajudando-a/o a **antecipar os aspectos positivos** (por exemplo, reencontrar os colegas e professores).

» **Antes do dia de regresso à escola, conversem com a criança/jovem** enfatizando que a decisão de regressar à escola é baseada no conhecimento científico e que todas as pessoas na escola farão os possíveis para manter crianças e adultos seguros; que qualquer pessoa que esteja doente ficará em casa; que as autoridades estão atentas e que quando, porventura, não for seguro ir à escola, decidirão nesse sentido. Para além disso é importante reforçar as boas práticas de higiene, os comportamentos pró-saúde e pró-sociais.

**Preparem as crianças/jovens para as mudanças nos processos e logísticas habituais da escola.** Quando souberem como vão funcionar as novas regras e logísticas da escola preparem a criança/jovem para essas alterações – quanto melhor ela/ele as entender, mais confortável se sentirá em relação a elas e ao seu cumprimento. No caso das crianças

<sup>3</sup>UNICEF Portugal (2020). Como será o regresso à escola durante a pandemia da COVID-19?. <https://www.unicef.pt/actualidade/publicacoes/regresso-as-aulas-covid19/>

mais novas, uma das alterações que pode gerar dificuldade diz respeito ao facto de os pais/cuidadores não as poderem acompanhar dentro da escola. Prepare a criança/jovem para as diferenças que existirão nos procedimentos de as levar e ir buscar à escola, assegurando-a/o que existirão vários adultos que a/o acompanharão e poderão ajudar, e que poderão cumprir determinados rituais de separação nos espaços exteriores. Pergunte-lhe por algo que possa facilitar a situação (por exemplo, ir para a escola com um amigo ou levar um autocollante que as faça sentir corajosas).

» **Enfatizem o papel da criança/jovem em manter-se saudável a si e aos outros**, sublinhando que devem evitar comportamentos como levar as mãos ao rosto e realizar frequentemente comportamentos como lavar as mãos. Os pais e cuidadores devem focar-se nas coisas que as crianças/jovens podem controlar (seguir as regras, adoptar práticas de higiene) em vez de nas coisas sobre as quais não têm controlo (por exemplo, a probabilidade de um colega adoecer ou a escola ter de voltar a encerrar).

» **Reestabeçam, em casa, as rotinas relacionadas com a escola**, mantendo o que for possível manter (por exemplo, hora de dormir em período lectivo, fazer a mochila e preparar a roupa para o dia seguinte).

» **Sintam e transmitam confiança na escola**. É preciso confiar que todas as medidas e acções possíveis estão a ser tomadas para tornar as escolas espaços seguros e protetores para o regresso das crianças e jovens. Se os pais e cuidadores

transmitirem esta segurança, será mais fácil para as crianças e jovens enfrentarem os receios que possam sentir.

» **Estejam preparados para lidar com alguma “ansiedade de separação”**. Em particular para as crianças mais novas e após um período prolongado de contacto exclusivo com os pais e cuidadores principais, pode ser especialmente stressante a vivência da separação dos pais/cuidadores no regresso à escola. Esta é uma situação natural e que não deve gerar preocupação excessiva. Os pais/cuidadores devem reconhecer e validar a ansiedade que a criança sente face à situação; antecipar juntamente com a criança como será regressar à escola (por exemplo, usem a imaginação e criem cenários em conjunto – como vai ser, o que a criança vai querer fazer, o que a vai deixar contente, o que a vai deixar triste, etc.); reforçar que a separação será apenas temporária e que a X horas, estarão de regresso para a ir buscar. Durante o período de adaptação, os pais/cuidadores devem procurar manter rotinas que gerem segurança e tranquilidade à criança, sobretudo à hora de adormecer.

» **No final do dia, depois da escola, conversem com a criança/jovem sobre como foi o dia na escola**, incluindo o que gostaram, o que as deixou preocupadas e o que gostariam de fazer no dia seguinte.

» **Procurem reservar algum tempo extra para estar com a criança/jovem** (a falar, a brincar, a jogar). Ao final do dia, as crianças podem estar mais cansadas e precisarem de actividades calmas; os jovens podem estar mais sonolentos.

# COMO PODEM OS PAIS E CUIDADORES ACOMPANHAR, DE FORMA PRÓXIMA, ESTE ANO ESCOLAR DAS CRIANÇAS E JOVENS, CONTRIBUINDO PARA O SEU SUCESSO EDUCATIVO?

- » **Participem e cooperem activamente** no processo educativo da criança/jovem, mantendo uma relação próxima e informada junto dos professores e outras figuras de referência, conhecendo as medidas de suporte à aprendizagem e apoiando a implementação dessas medidas.
- » **Mantendam um canal de comunicação aberto com a escola**, informando como a criança/jovem se está a adaptar. Sempre que relevante, partilhe com os professores as necessidades, recursos e barreiras que a criança/jovem sente no processo educativo.
- » **Contribuam para o equilíbrio entre as actividades escolares e as actividades familiares**, avaliando o tempo que a criança/jovem se dedica às actividades escolares face às exigências das mesmas, e o tempo livre e de convívio familiar.
- » **Estabeleçam expectativas e objectivos elevados, mas realistas e razoáveis**, acerca do desempenho académico da criança/jovem. A melhor forma de o fazer é comunicar-lhe que acreditam no seu potencial.
- » **Mostrem-se disponíveis para ouvir a criança/jovem**, tentando compreender as suas facilidades e dificuldades no processo educativo, as suas preocupações e medos, em virtude do período em que vivemos, em relação ao seu percurso escolar.
- » **Apoiem a realização de tarefas escolares**, sempre que necessário, procurando contribuir para a autonomia e auto-regulação da criança/jovem no seu processo educativo.
- » **Estejam atentos aos sinais de alerta e comportamentos de risco que levam ao abandono escolar**, particularmente neste contexto de pandemia. Consultem o documento de apoio "[O Meu Filho/a quer Desistir de Estudar](#)".
- » **Recorram ao apoio especializado do Psicólogo escolar** na gestão do stress e da ansiedade ou de outras dificuldades emocionais e comportamentais, sempre que sentirem necessário.
- » **Conversem sobre bullying e sobre cibersegurança**. O seu filho tem direito a um ambiente educativo seguro e protetor que respeite a sua dignidade. A Convenção sobre os Direitos da Criança declara que todas as crianças têm direito à educação e proteção contra todas as formas de violência<sup>4</sup>.
- » Para mais informação sobre o papel dos pais, cuidadores, consultem os documentos de apoio OPP "[COVID-19: Estudar em Tempo de Pandemia. Guia para pais e cuidadores](#)".

<sup>4</sup>UNICEF Portugal (n.d.). [Internet Mais Segura](#). UNICEF (n.d.). [How to talk to your children about bullying](#).



# RECOMENDAÇÕES PARA DIRECTORES E PROFESSORES

O momento de reabertura das escolas deve ter em conta o interesse superior da criança e as orientações das entidades de saúde pública, que se devem basear numa análise intersectorial, incluindo a educação, a saúde pública e as questões socio-económicas, bem como numa avaliação dos benefícios e dos riscos associados e especificidades de cada contexto<sup>5</sup>.

Responder aos **objectivos académicos e curriculares** continua a ser uma meta importante durante este ano lectivo. No entanto, os alunos podem não estar preparados para se envolverem em actividades de aprendizagem formal até se sentirem fisicamente e psicologicamente seguros. E **estabelecer esse sentido de segurança e bem-estar pode levar semanas ou até meses**, dependendo da evolução do contexto comunitário da escola e dos contextos individuais.

Este momento exigente que vivemos reforça a necessidade de pensar a escola como um todo, sublinhando a importância dos diferentes agentes educativos e a sua interacção, em torno de um objectivo comum, **para que a escola continue a ser um espaço de educação inclusiva, de bem-estar e desenvolvimento integral e pleno das crianças e jovens**.

Neste sentido, **este ano ganham especial importância acções de promoção da Saúde Psicológica e do Bem-estar, do envolvimento com a família, bem como o reforço das políticas e práticas inclusivas**.



<sup>5</sup>UNESCO, UNICEF, WB & WFP (2020). [Framework for Reopening Schools](#).

# PROMOÇÃO DA SAÚDE PSICOLÓGICA E DO BEM-ESTAR

**As escolas/agrupamentos devem organizar um Grupo de Trabalho ou uma Equipa de Saúde Escolar que planeie e avalie as políticas e práticas de Saúde Escolar, nomeadamente a Saúde Psicológica,** e que, nestas circunstâncias extraordinárias, deve reunir mais vezes no sentido de adequar constante e continuamente as estratégias de promoção de Saúde Psicológica e Bem-estar na escola. **As escolas devem estar preparadas para responder a um conjunto diverso de necessidades de Saúde Psicológica,** considerando o impacto emocional da pandemia, o sofrimento provocado por potenciais perdas, as preocupações financeiras das famílias, as situações de desigualdade, violência e isolamento social prolongado.

**As escolas devem reforçar a implementação de programas, projectos e/ou estratégias que visem aumentar os factores de protecção da Saúde Psicológica e da inclusão de todos os alunos** (por exemplo, sentimentos positivos de auto-estima, autoconceito e auto-eficácia; autonomia; tomada de decisão responsável; valores positivos e consciência social; capacidade de comunicação e de resolução assertiva de problemas; competências sócio-emocionais e de auto-regulação; educação para os afectos e sexualidade; relações interpessoais positivas e de suporte; resiliência e *coping*; clima escolar positivo; prevenção do *bullying* e violência escolar; prevenção do abuso e de substância psicoactivas).

**As escolas devem integrar, intencionalmente, nos currículos, a promoção de competências sociais, emocionais e de Saúde Psicológica.**

**As escolas devem possuir procedimentos claros de avaliação de risco para apresentar problemas de Saúde Psicológica, necessidades educativas específicas ou insucesso escolar, e de monitorização e intervenção precoce junto dos alunos.** Neste contexto, os indicadores de risco devem incluir a experiência da doença, de perda ou luto por alguém próximo; a ruptura com o estilo de vida anterior devido a dificuldades financeiras familiares; a existência de problemas de Saúde Psicológica prévios; a exposição a abuso e negligência.

**As escolas devem reforçar as estruturas e recursos que dão resposta aos problemas educativos, de Saúde Psicológica e de inclusão mais frequentes** (por exemplo, problemas de aprendizagem, absentismo e abandono escolar; dificuldades emocionais, relacionais, motivacionais e de ajustamento; dificuldades de atenção/concentração; problemas de comportamento e indisciplina; *bullying* e violência escolar; discriminação, exclusão social e estigma; comportamentos de risco) – muitos deles serão potencialmente agravados ou acentuados pela situação de pandemia e crise económica e social. Neste sentido, **as escolas devem proporcionar “vias rápidas” para a procura de ajuda.** Por exemplo, os serviços de Psicologia devem colaborar na resposta a situações de crise e existir um local onde todos os alunos podem, espontaneamente, aparecer, sozinhos ou acompanhados, para falar com um adulto.

**As escolas devem recolher informação, regularmente e de forma sistematizada, de modo a monitorizar a Saúde Psicológica de toda a população escolar.** Os dados recolhidos devem ser partilhados e discutidos com a comunidade educativa para, de forma participada, serem definidas estratégias de melhoria das práticas de Inclusão e Saúde Psicológica.

**As escolas devem proporcionar oportunidades, formais e informais, curriculares e extracurriculares, de promoção da Literacia em Saúde, nomeadamente Saúde Psicológica,** possibilitando que os alunos aprendam e discutam temas relacionados com a prevenção e a promoção da Saúde Psicológica, incluindo a análise da influência de familiares, amigos, media e tecnologia nos comportamentos de saúde; desenvolver competências para aceder a informação válida, produtos e serviços que permitam melhorar a sua Saúde; praticar a capacidade de tomada de decisões responsáveis, usar a comunicação interpessoal para melhorar a Saúde, e evitar ou reduzir os riscos para a Saúde.

**As escolas devem disponibilizar momentos formativos aos professores e outros profissionais** para lidarem com as necessidades dos alunos, tanto de recuperação das aprendizagens como do seu Bem-estar físico, mental e social. A formação deve contribuir para melhorar a capacidade dos professores em responder às necessidades académicas e sócio-emocionais dos alunos.

De forma semelhante, **as escolas devem proporcionar, aos seus profissionais, formação sobre temas relacionados com a pre-**

**venção e promoção da Saúde Psicológica, desenvolvendo ações que lhes sejam especificamente dirigidas com o intuito de prevenir e promover a sua Saúde Psicológica.** É importante reconhecer que também os Profissionais podem estar a experienciar stresse ou situações de perda (financeira, pessoal, social, física). **O autocuidado, para além de uma responsabilidade individual, deve ser fazer parte da cultura da escola.**

**As escolas devem reconhecer as dificuldades acrescidas que a circunstância excepcional que vivemos criou às crianças e jovens que, este ano, experienciam momentos de transição escolar,** considerando oportunidades, sempre que possível, de proporcionar a reconexão com os colegas e professores (mesmo que estes tenham de ocorrer virtualmente – por exemplo, visitas virtuais à escola ou visitas virtuais à sala de aula). É ainda natural que o período de transição e adaptação seja mais prolongado este ano. O site Escola SaudavelMente oferece mais recursos e recomendações para [crianças e jovens](#) nas diferentes fases de transição, para os [pais e cuidadores](#) e para os [profissionais](#).

**As escolas devem reconhecer o potencial de aumento das taxas de abandono escolar, implementando medidas e estratégias de prevenção** do abandono escolar e do insucesso especificamente em situação de pandemia.

**As expectativas de cumprimento das novas regras e rotinas devem ser ensinadas e reensinadas,** evitando abordagens punitivas, sobretudo quando se trata de gerir a necessidade de distanciamento físico.

## ENVOLVIMENTO DA FAMÍLIA

**As escolas devem redefinir procedimentos procurando reforçar a colaboração entre a família e a escola**, estabelecendo vias de comunicação, formais e informais, e envolvendo a família nas tomadas de decisão sobre os seus filhos.

**As escolas devem proporcionar actividades que ajudem as famílias a sentirem-se confortáveis ao enviarem as suas crianças e jovens de volta à escola** (por exemplo, oportunidades, ainda que virtuais, de conhecer a escola, fazer questões, falar com os Professores ou o Psicólogo da escola).



## POLÍTICAS E PRÁTICAS INCLUSIVAS

**As escolas devem recorrer a modelos de intervenção multinível**, que através de medidas universais, selectivas e/ou indicadas, e da monitorização sistemática do progresso dos alunos em cada medida implementada, use evidências/indicadores/provas para responder às necessidades educativas e individuais de todos os alunos.

**As escolas devem reforçar modelos de desenho universal para a aprendizagem**, centrados na singularidade dos alunos e na diversidade dos seus processos de aprendizagem e necessidades, de forma a proporcionar o acesso de todos a práticas pedagógicas diferenciadas, a práticas guiadas e a

práticas autónomas, proporcionando múltiplos meios de envolvimento e motivação para a aprendizagem, de representação e comunicação de informação e de acção e expressão por parte dos alunos.

**As escolas devem realizar esforços concertados para estabelecer relações fortes dentro da comunidade escolar** (por exemplo, encorajar os profissionais da escola a conhecerem os nomes de todos os alunos, mesmo aqueles que não pertencem à sua turma ou são da sua responsabilidade directa; estabelecer uma rotina de entrada na escola que faça os alunos sentirem-se acolhidos).

**As escolas devem reconhecer o potencial para o estigma decorrente da COVID-19** (por exemplo, daqueles que venham a positivo ou tiverem familiares que testam positivo; daqueles que já tenham estado doentes com COVID-19; daqueles que tendo doenças respiratórias ou alergias possam ter e espirrar e tossir frequentemente), **reforçando estratégias de combate ao estigma e à discriminação.**

## É IMPORTANTE QUE OS PROFESSORES...

**Antecipem alguma regressão académica, emocional e social das crianças e jovens, assim como reconheçam o impacto negativo potencial de um ambiente que requer a diminuição das interações sociais**, proporcionando, sempre que possível, momentos e estratégias de **diminuição da ansiedade e do stress**. Neste contexto, os professores devem evitar assumir que determinados comportamentos inadequados representam necessariamente desobediência ou comportamento insubordinado.

**Reconheçam que é natural que as crianças e jovens regressem com saudades, sedentos de comunicar e interagir com os pares e os professores**, que queiram “recuperar o tempo perdido”. E, portanto, será necessário ajudar a reconhecer que todos precisam de tempo para processar o período de regresso à escola. **Estas emoções precisarão de tempo e espaço para serem reconhecidas e partilhadas.**



**Reconheçam o impacto do eventual uso de máscaras** na capacidade para identificar emoções e expressões faciais, assim como seguir o discurso e participar em interações que impliquem falar. Este impacto poderá ser substancialmente mais significativo em alunos com dificuldades de aprendizagem, dificuldades auditivas ou outras perturbações do desenvolvimento. Salientem o potencial uso de máscara, em determinadas situações, como um comportamento protetor da saúde do próprio e do outro.

**Reconheçam o impacto**, na capacidade de motivação e de concentração das crianças e jovens, bem como nos níveis de stresse e ansiedade, **do eventual alargamento dos horários das aulas e da redução dos tempos de intervalo, caso a escola não tenha outra opção.**

**Definam, em conjunto com os alunos, regras e boas práticas de convivência saudável** durante a nova fase. Pode ser útil dar conta das mudanças que existiram nos espaços físicos da escola para manter o distanciamento físico e dos novos procedimentos de higienização, apelando à contribuição de todos para manterem comportamentos seguros e cuidarem uns dos outros. Tal como ajudar a pensar sobre formas criativas de conviver e expressar afectos, mantendo os comportamentos de protecção.

**Envolvam os alunos no planeamento** do novo ano lectivo, de forma a que participem ativamente e se impliquem e se responsabilizem pelas aprendizagens e actividades a realizar. Negoceiem tempos de interacção livre e tempos de concentração e cooperação na aprendizagem.

**Reforcem os canais de comunicação aberta e segura, que permitam aos alunos partilhar as suas preocupações e dúvidas.** Mostrem-se e estejam disponíveis para mediar a comunicação com os diferentes intervenientes da comunidade educativa, nomeadamente o psicólogo da escola, o director de turma ou os encarregados de educação. Estejam atentos aos sinais de alerta relativos à Saúde Psicológica e considerem a possibilidade de os alunos terem vivenciados perdas de entes queridos.

**Considerem introduzir novo conteúdo académico apenas quando as novas regras, rotinas e ambiente já tiverem sido firmemente estabelecidos e interiorizados pelos alunos, e estes se sintam seguros e emocionalmente estáveis.** Neste momento, o mais importante é o foco no bem-estar social e emocional, nas competências adaptativas das crianças e jovens.

**Reconheçam que a produtividade e o envolvimento dos alunos possam não ser, inicialmente, os mesmos que tinham anteriormente.** É possível que sintam que têm de conhecer novamente os seus alunos, para poder adaptar a forma como ensinam ao seu ritmo de aprendizagem, capacidade de concentração e motivação actual para a aprendizagem. Pode ser útil fazer um “diagnóstico” das aprendizagens.

**Promovam uma reflexão sobre os aspectos positivos e negativos das práticas de ensino à distância**, tentando potenciar aquelas que possam facilitar o processo de aprendizagem dos alunos, mantendo-as no cenário de ensino presencial. Rever os materiais, ferramentas e experiências realizadas com bons resultados durante o período de isolamento, pode ajudar

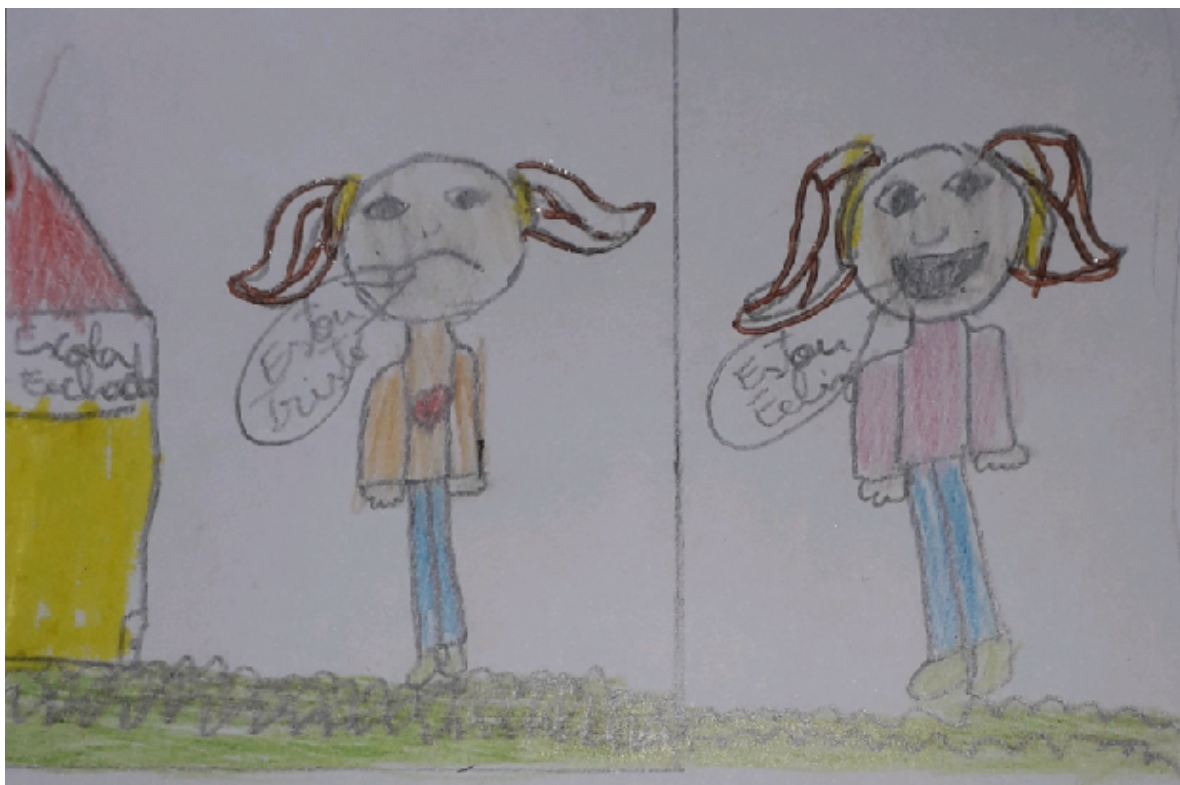


a criar boas práticas – que devem ser partilhadas e trabalhadas em rede com os restantes profissionais da escola.

**Mantêm as alianças criadas com os encarregados de educação durante o período de ensino à distância**, promovendo a continuidade da participação activa das famílias nas aprendizagens das crianças e jovens.

**Facilitem o acesso a múltiplos modos de apresentação da informação e dos conteúdos** (percepção, linguagem e compreensão) **e identifiquem múltiplos meios de motivação, representação e expressão.**

**Monitorizem as medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão** implementadas e recorram, sempre que necessário, a outros recursos da escola e da comunidade (ex. EMAEI, SPO, CRI).



Testemunho de uma criança, recolhido pela UNICEF, durante o período de isolamento

