

# VOLTA ÀS AULAS

**O FLORENSE**

Suplemento encartado na edição 1.553 do Jornal O Florense de 18 de janeiro de 2019.

## Material escolar deve ficar 10% mais caro em 2019

Aumento do preço do papel e a alta do dólar devem influenciar o custo dos itens da lista

Quem tem filho sabe que, quando começa um novo ano, é hora de iniciar os preparativos para a volta às aulas e comprar o material escolar. São livros, mochila, lápis de cor e uma série de outros itens que pesam no bolso. Por isso, é importante que pais e responsáveis estejam atentos aos seus direitos para evitar transtornos, bem como para economizarem nas compras. Mas, os pais que ainda não fizeram orçamento da lista de material escolar devem preparar o bolso. A previsão é de que o reajuste dos itens utilizados pelos alunos seja de 10% a mais na comparação com o ano passado. O índice é estimado pela Associação Brasileira de Fabricantes e Importadores de Artigos Escolares e de Escritório (ABFIAE).

Conforme o diretor de relações institucionais da ABFIAE, Ricardo Carrijo, o aumento de 10% foi puxado especialmente pela alta do dólar, que ultrapassou os R\$ 4 no segundo semestre de 2018. E é justamente nessa época que as encomendas são realizadas. Entre os importados estão as mochilas, os estojos e a maioria das marcas de lápis de cor. Outro ponto citado pelo executivo como responsável

pela alta é a escalada do preço da celulose, matéria prima do papel. O insumo, que também é cotado em dólar, sofreu reajustes para cima repetidas vezes no decorrer do ano de 2018.

A lista é grande, mas sempre é possível economizar e conseguir desconto nas compras. Programar-se com antecedência pode garantir que o valor dos produtos realmente não esteja tão alto. Outra dica é o reaproveitamento de objetos usados nos anos anteriores por colegas que já passaram pela série a ser cursada.

Você também pode se juntar a outros pais para comprar em atacado. Isso pode aumentar as chances de negociar preços menores com as livrarias e papelarias. Dependendo do número de pais envolvidos, é possível gastar até 30% menos.

### Dicas do Procon

– O consumidor deve ler atentamente a lista que lhe está sendo exigida, pois, as escolas, muitas vezes, exigem itens que não competem ao aluno comprar/adquirir, como, por exemplo, medicamentos, papel higiênico, canetas para lousa, etc., estes itens são



DIVULGAÇÃO

A reutilização de materiais é uma ótima forma de economizar na hora de comprar os itens da lista de material escolar.

de obrigação da escola fornecer. As instituições somente podem exigir a compra de materiais de uso pedagógico e os essenciais ao aprendizado.

– Verifique se as embalagens (colas, borrachas, tintas, etc.) contêm informações claras e específicas sobre eventuais danos que o produto, em caso de ingestão, venha a causar,

bem como se há orientações de como proceder em caso de ingestão acidental do produto.

– Se o pagamento dos materiais for efetuado à vista, solicite desconto. Saiba que o pagamento no cartão de crédito é o mesmo valor à vista. Também, se a compra for feita a

prazo, verifique os juros aplicados e faça uma comparação de preços em outros estabelecimentos.

– Procure comprar sempre em estabelecimentos que emitam Nota Fiscal, para posteriormente poder exigir a troca do produto, se preciso for.

### A primeira lição do ano

Ainda faltam algumas semanas para o início do ano letivo e as crianças, claro, não estão nem lembrando de voltar às aulas. Mas os pais, sim. É que eles já receberam a lista do material escolar. Com medo do tamanho da conta, muitos pais preferem ir sozinhos às lojas para fazer a compra sem a pressão dos filhos pela mochila do personagem x ou y. E outras acabam deixando para a última hora, quando alguns itens já estão em falta no comércio, e se veem obrigadas a mandar a criança para a escola com material incompleto.

O que talvez passe por despercebido pelos pais é a mensagem passada aos filhos nessas situações. O que o material escolar representa para os pequenos no início de um novo ano letivo? Muitas coisas. Só pra começar, é bom lembrar que o material escolar é a ferramenta de trabalho do pequeno estudante. Ao demonstrar preocupação com a escolha do material no início do ano, os pais na verdade estão mostrando o valor que dão para o processo de aprendizagem dos filhos.

Levar os filhos para que eles ajudem na compra do material escolar antes do início de um novo ano letivo é uma oportunidade para dar uma lição de educação financeira às crianças. Ensinar a fazer escolhas inteligentes. Como valorizar a qualidade do produto em vez de seguir modismos. Ou abrir mão de uma coisa para ter outra que é mais importante, ou desejada.

Com planejamento, a compra do material pode ser um programa bem prazeroso em família – e não um tormento.

CONECTAR IDEIAS, CONSTRUIR RELAÇÕES. TRANSFORMAR.

VOLTA ÀS AULAS 2019 19 de FEVEREIRO

ESCOLA INTERATIVA

MATRÍCULAS ABERTAS

Rua Heitor Curra, 3581 3292.2522 interativa.flores



# Aumentando o interesse e a motivação dos seus alunos

Atividades extracurriculares são fundamentais para o aprendizado das crianças e dos adolescentes

FOTOS DIVULGAÇÃO

Muitos estudantes, quando voltam da escola, jogam suas mochilas em um canto e vão em busca de outras atividades mais instigantes e prazerosas. Essa falta de proatividade na busca pelo conhecimento fora da escola é normal. Porém, pode ser vencida com estímulo do educador e da família com atividades extracurriculares.

São tempos de inovação, de rever antigos métodos de ensino e de promover um ensino diferenciado para que o conhecimento seja melhor absorvido pelo estudante. E não se trata apenas de fornecer mais informações. As atividades também contribuem diretamente para a formação do pensamento crítico e a identificação de habilidades específicas que podem ser desenvolvidas desde cedo.

Entre as diversas opções, destacam-se os módulos de robótica, empreendedorismo, teatro, esportes, música, idiomas, entre muitos outros que complementam e enriquecem a vivência acadêmica e favorecem o processo de formação. Mas, qual é a idade ideal para iniciar o aprendizado de um esporte, de uma atividade artística ou de um novo idioma? Confira algumas dicas:

## Esportes

Até o terceiro ano de vida, as crianças pequenas ainda não estão maduras o suficiente

para compreender um conjunto complexo de regras ou para manter a concentração por longos períodos. Por isso, não é plausível pensar em matricular a criança no futebol, no judô, na natação, na ginástica. Antes dos três anos, porém, caso a matrícula da criança em um esporte for uma necessidade ou vontade da família, a aula deve ter um objetivo lúdico, e não de competição — o que a criança ainda não é capaz de compreender. Os pequenos vão adorar brincar “de ginasta” ou “de jogador de futebol”.

## Atividades artísticas

As atividades artísticas, tais como musicalização e dança, também podem ser iniciadas antes dos três anos de idade, com objetivos lúdicos e de familiarização. A ciência tem reconhecido a música como elemento potencializador do desenvolvimento cerebral para a vida toda.

## Idiomas

Muitas pessoas pensam que, quanto antes uma criança aprender uma segunda língua, melhor. De fato, os pequenos demonstram muita facilidade para aprender línguas, principalmente quando expostos diariamente a elas. Entretanto, somente após os quatro anos de idade a criança terá as partes cerebrais responsáveis pela memória de longa duração desenvolvidas. Só então



O balé é uma das atividades que as meninas adoram praticar.

o aprendizado do idioma poderá ser efetivo.

**Atenção:** Há muitas possibilidades de atividades extracurriculares interessantes e estimulantes para as crianças. Os pais, contudo, precisam tomar cuidado para não sobrecarregar os filhos com muitas atividades e, acima de tudo, devem prestar atenção se a atividade tem agrado à criança. É preciso, também, garantir o tempo do descanso e das brincadeiras livres para prezar pela infinita criatividade infantil e pelo seu desenvolvimento saudável.



Aprender um segundo idioma é uma atividade recomendada para após os quatro anos de idade.



## Como as atividades extracurriculares influenciam no desenvolvimento das crianças?



Cada criança é única, com suas características, habilidades e fragilidades individuais. Apesar de esse ser um fato incontestável, muitas vezes, em sala de aula, determinadas questões importantes no desenvolvimento de uma criança podem acabar passando batido, visto que o objetivo principal é a transmissão de conteúdos e conhecimentos específicos, pertencentes à grade curricular de cada série.

Por outro lado, as atividades extracurriculares possuem jus-

tamente o poder de fazer aflorar determinados aspectos nas crianças e até mesmo trabalhar dificuldades e fragilidades. Uma criança tímida ou que apresenta baixa autoestima, por exemplo, pode beneficiar-se sobremaneira de um curso de teatro, ou aquelas que possuem dificuldades motoras podem trabalhá-las em aulas de ginástica olímpica ou natação.

Ademais, esse tipo de prática, especialmente as realizadas em grupo, podem fazer com que as habilidades relacionais e afetivas

das crianças deem um verdadeiro salto. Conceitos como solidariedade, empatia, espírito de equipe, colaboração, resolução de conflitos, entre outras, são estimuladas e aprimoradas através do trabalho junto a colegas e companheiros de time ou equipe.

Por fim, esse estímulo do raciocínio de maneira distinta do que é realizado em sala de aula acaba aprimorando o desenvolvimento geral das crianças, resultando em adultos mais seguros, autoconfiantes e mais bem preparados

para lidar com frustrações, fracassos e derrotas.

### Como escolher?

Que atividades extracurriculares são importantes na vida das crianças já foi dito, mas entre tantas possibilidades, como escolher a ideal para o seu filho? Antes de qualquer coisa, é superimportante ter algo muito claro em mente: quem deve decidir é o seu filho! Resista bravamente à tentação de impor ou determinar o que seu

filho deve fazer ou praticar como atividade extracurricular. Por mais que você creia que ele possui um talento nato para determinada prática, se essa não é a sua vontade, não insista. Caso contrário, a atividade se tornará um fardo para o pequeno, podendo, inclusive, estressá-lo e aborrecê-lo.

Da mesma maneira, tenha muito cuidado com os excessos. Muitos pais se sentem culpados por trabalharem demais e não terem muito tempo disponível para estar com os filhos e, com isso, acabam enchendo cada minuto livre da criança com alguma atividade. Porém, saiba que o excesso de atividades é extremamente prejudicial.

Crianças precisam de tempo livre em suas rotinas, para brincar e descansar. Entenda que nada externo poderá substituir a sua presença. Ocupar seu filho além do limite pode gerar estresse, ansiedade, queda no desempenho escolar, tristeza e até mesmo sentimentos de impotência e frustração.

**NINA**  
| CONFECÇÕES |

HÁ 32 ANOS, REFERÊNCIA EM UNIFORMES ESCOLARES

3292 1385

Aqui você encontra tudo que precisa para sua volta às aulas!

**Qualitá**

- Mochilas - Cadernos  
- Lápis - Borracha - Canetas...

Papelaria - Bazar  
- Brinquedos

Cadernos capa dura a partir de R\$4,99

(54) 3292-5343    Rua Raimundo Montanari, 1445  
(54) 9.9124-4229    Próx. ao Despachante Berton



# Retorno às aulas requer preparação e cuidados com a segurança

Readaptação de horários pelo menos uma semana antes é fundamental

FOTOS DIVULGAÇÃO

Com a proximidade do início do ano letivo, é comum bater aquela ansiedade para reencontrar o colegas. Para os que estão estreando no ambiente escolar, a novidade – e o frio na barriga –, é ainda maior. Mas os pais não podem descuidar durante a preparação e a adaptação à nova rotina. É importante manter um diálogo sobre as expectativas da criança em relação a escola, os novos amigos e até mesmo os novos professores. Planejar questões que vão desde o material escolar até o transporte que será utilizado no deslocamento também ajuda na hora de retomar o ritmo escolar.

Se durante as férias as crianças não têm compromisso de acordar cedo ou de fazer lição de casa, a volta às aulas representa naturalmente uma ruptura. Mas não se deve abandonar a rotina de brincadeiras e diversão de uma hora para outra. O

mais indicado é reestabelecer os horários de refeições e de ir para a cama cerca de uma semana antes do primeiro dia de aula. A orientação também vale para quem está viajando. Não se deve chegar em casa na véspera, pois a criança precisa passar por esse pequeno processo de readaptação.

## A preparação

Antes de ir à escola, os pais devem observar o peso da mochila, que não pode ultrapassar o equivalente a 10% do peso corporal da criança para não prejudicar a coluna. Outro cuidado é comprar uma mochila confortável, de alças acolchoadas, e regulá-la na altura dos ombros. Vestir as duas alças também é fundamental.

Chegada a hora da brincadeira, é importante que as crianças utilizem calçados confortáveis e flexíveis. Salto é proibido,

pois, além de facilitar quedas, prejudica o desenvolvimento ósseo da criança.

## O caminho até a escola

No trânsito, a atenção deve ser a mesma. Seja de carro, de ônibus escolar ou de linha, de bicicleta ou a pé, crianças e adolescentes podem sofrer acidentes. Com a proximidade da volta às aulas, o importante é que os pais eduquem e deem bons exemplos. Por isso, ao trafegar de carro, é importante observar o uso dos dispositivos corretos, conforme prevê a Resolução 277 do Conselho Nacional de Trânsito (Conatran), conhecida também como Lei da Cadeirinha. O texto define a obrigatoriedade do uso de "bebê-conforto" para crianças de até um ano, cadeirinha entre um e quatro anos e assento de elevação entre quatro e sete anos e meio. Depois dos sete anos e meio, basta o uso do cinto de segurança.

Os pais devem estar atentos também aos filhos que andam de ônibus. Nos escolares, é aconselhável conhecer as condições de segurança do veículo e a equipe que fará o transporte. Em ônibus de linha, nem sempre as crianças estão acompanhadas por adultos, e uma frenagem brusca pode provocar quedas, contusões e até mesmo lançá-las para fora do veículo. Por isso, é preciso haver diálogo entre pais e filhos sobre os perigos do trânsito e como evitá-los.

Se a criança vai a pé à escola, algumas regras são básicas: andar sempre pela calçada e buscar não ficar próxima ao meio-fio. Por vezes, carros, motos ou bicicletas trafegam perto do passeio dos pedestres, o que pode ocasionar acidentes. Outra dica é orientar os pequenos a sempre subir e descer do veículo pelo lado da calçada, nunca pela pista de rolamento. Atravessar



A preparação para o retorno às aulas deve iniciar semanas antes.

na faixa de pedestres também é o correto.

A bicicleta também é alterna-

tiva para ir à escola, além de ser um meio de transporte prático e ecologicamente correto.

## Como lidar com o choro da criança na fase de adaptação escolar

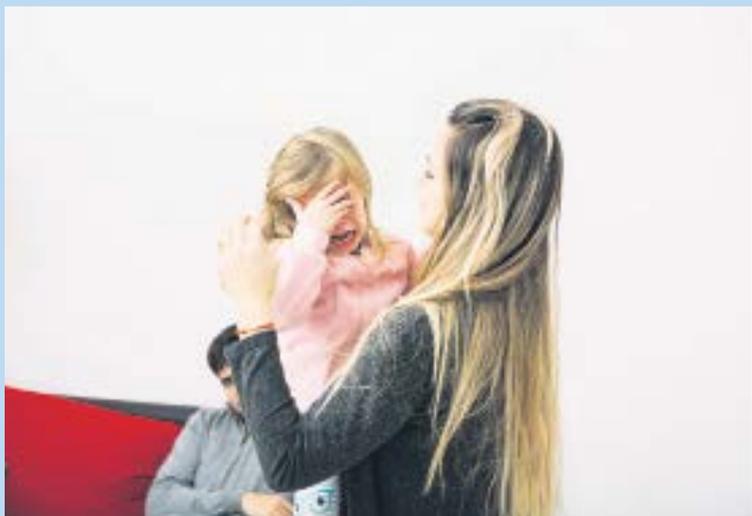
O retorno às aulas ou uma nova rotina escolar pode ser algo assustador aos pequenos. Segundo o estudo de especialistas, existem várias maneiras de conduzi-los ao caminho da alfabetização. O primeiro passo é estudar sobre o desenvolvimento infantil para ter clareza do tipo de escola que quer para sua criança. A fase seguinte diz respeito a escolha da escola. Não escolha uma instituição pela proximidade de endereço. Priorize uma escola que combine com os valores e expectativas da sua família.

Leve sua criança com você para visitar a escola várias vezes para que ela seja incluída neste processo. Observe como ela reage e como ela é tratada lá. Se já conseguir que ela estabeleça uma amizade por lá é maravilhoso. Antes de iniciar o processo, esteja seguro da sua decisão e confiante de que é a melhor coisa a ser feita. Se tiver feito os

passos anteriores, pode ser que este passo já seja dado naturalmente. Na hora de deixar a criança, não pegue no colo se ele já sabe andar, conduza-a pela mão. Já explicando que você vai se despedir e que voltará para buscá-la.

Despeça-se feliz e rapidamente. Evite ficar se despedindo um monte de vezes. Isso pode passar insegurança para a criança. Saia de cena. Enquanto a criança te vê ela acredita que existe a possibilidade de ir embora com você, então aumenta a chance dela chorar e pedir por isso. São inúmeros os relatos de que logo depois que a família se foi a criança já ficou bem na escola.

Quando voltar para buscar, observe se a criança está feliz. Se possível, converse com ela sobre o dia para que possa ajustar o que for necessário. Nos próximos dias a rotina se repete e a adaptação a ser bem sucedida.



Evite despedidas muito longas e saia de cena assim que a criança entrar no ambiente escolar.




**INSCRIÇÕES ABERTAS**  
**VESTIBULAR DE VERÃO**  
**09 DE FEVEREIRO**

**UNIFTEC CENTRO UNIVERSITÁRIO**  
**COM POLO EM FLORES DA CUNHA**

**RUA DR MONTAURY, N° 419**  
**SALAS 3, 4 E 5 FLORES DA CUNHA**  
**(54) 9.8161-2731**

**ESCOLHA**  
**EAD UNIFTEC**

ESCOLHA OS CURSOS DE EAD E FIQUE ALINHADO ÀS NECESSIDADES DO MERCADO.





# Hora de ficar atento à visão da garotada

Cerca de 30% das crianças em idade escolar apresentam algum tipo de problema de visão

FOTOS DIVULGAÇÃO

A visão é o sentido mais importante para o desenvolvimento físico e cognitivo da criança. Gestos e condutas são apreendidos quando ela observa as pessoas ao seu redor. Pensando nisso, pais, pediatras e professores devem ficar atentos ao comportamento dos pequenos, pois um prejuízo no desenvolvimento visual pode ter consequências negativas para o resto da vida.

O Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO) alerta que, no Brasil, de 3% a 10% das crianças de 7 a 10 anos precisam usar óculos. Dados do Ministério da Saúde relatam que 30% delas em idade escolar apresentam algum problema de visão.

Com a volta às aulas é uma ótima oportunidade para os pais aumentarem a atenção às crianças, sobretudo se o rendimento escolar não estiver de acordo, elas podem estar com algum problema oftalmológico.

A descoberta das deficiências não é fácil e por falta de conhecimento, os pais não percebem o problema. Devem ficar atentos a certas dificuldades que algumas crianças podem apresentar como lacrimejamento constante, olhos avermelhados com secreção, falta de interesse pelo ambiente escolar, dores de cabeça constante, assistir TV muito perto da tela, esfregar os olhos após esforço visual, dentre outros sintomas que podem ser diagnosticado através da consulta com o oftalmologista.

## Miopia cresce entre as crianças devido ao uso de computadores e smartphones

Uma pesquisa do Centro de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação revela que cerca de 69% das crianças e adolescentes do Brasil, na faixa dos 9 aos 17 anos, utilizam a internet mais de uma vez por dia. Os



Cuide da aproximação dos olhos com os materiais. A distância deve ser de, no mínimo, 30 centímetros da face.

dados confirmam o crescente acesso dos brasileiros aos benefícios da tecnologia, mas, ao mesmo tempo, desvendam uma nova preocupação: as ferramentas eletrônicas estão contribuindo para o aumento da miopia entre os pequenos.

Cerca de 20% das crianças em idade escolar, de acordo com

levantamentos CBO, apresentam problemas de vista. A miopia é a campeã e já é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) a epidemia do século. O uso de celulares e computadores por mais de seis horas diárias pode levar ao agravamento dessa patologia em crianças e adolescentes.

### Dicas para o dia a dia

- ✦ Fazer a criança realizar atividades em ambientes externos diariamente, por 40 minutos, no mínimo.
- ✦ Não aproximar demais dos olhos os celulares, tablets, computadores e livros — eles devem ser mantidos a 30 centímetros da face, no mínimo.
- ✦ Não se debruçar sobre o objeto de leitura.
- ✦ Fazer intervalos frequentes enquanto estiver utilizando esses objetos. A cada 20 minutos, retirar o olhar deles e focalizar objetos distantes, por cerca de 20 segundos.
- ✦ O uso de tablets e celulares por crianças de 2 a 5 anos não deve ultrapassar o período de uma hora por dia.

## 🍏 O papel da escola na alimentação das crianças

Quando o assunto é a alimentação das crianças, sabemos que os pais são os responsáveis pelo primeiro exemplo na hora de incentivar hábitos saudáveis. Mesmo assim, não podemos nos esquecer da escola. Na sala de aula é possível aprender mais sobre os ingredientes, além de incentivar a criação de hortas, por exemplo. Além disso, muitas cantinas já estão adotando opções diferentes de cardápio, e fugindo das tradicionais frituras e refrigerantes.

Quando as crianças começam a frequentar a escola, elas descobrem outros alimentos e isso pode causar algumas mudanças nos seus padrões alimentares, por isso é muito importante que pais e educadores façam um trabalho de educação nutricional com essas crianças. Hábitos alimentares errôneos nessa faixa etária podem conduzir a problemas nutricionais em curto prazo, tais como comprometimento do crescimento e do

desenvolvimento na infância, bem como facilitar o aparecimento de doenças na fase adulta. Por isso, o primeiro passo de responsabilidade que uma escola pode dar é o de não vender esses alimentos em sua cantina, mas trocá-los por sanduíches e sucos naturais, bolos, salgadinhos assados, frutas, saladas de frutas, dentre vários outros.

O ideal é que o cuidado com a alimentação saudável vá além da hora das refeições. O incentivo para a criação de bons hábitos alimentares deve ser multidisciplinar. As aulas de culinária, cada vez mais frequentes nos currículos escolares, também são importantes para as crianças conhecerem os alimentos. Pois no prato, já picado e cozido, nem sempre dá para diferenciar a textura e o gosto de cada um. Fazer uma horta, cantar músicas, assistir a vídeos e ler livros sobre o tema, sempre com uma abordagem divertida, também são recursos bastante utilizados nas escolas.



O primeiro passo nas escolas é fornecer, em suas cantinas, alimentos mais saudáveis para as crianças.

**Corujão Tur**

**TRANSPORTE**

SEGURO E DE QUALIDADE

**VAI ESTUDAR EM CAXIAS?**

**VAI DE CORUJÃO!**

**TRANSPORTE PARA ESCOLAS:**

ENSINO FUNDAMENTAL

ENSINO MÉDIO

PRÉ-VESTIBULAR

📍 Rua John Kennedy, 3042

☎ 9 9117.0704