



**Educação
Adventista**
NORTE SUL RIO-GRANDENSE



MANUAL DA

FAMÍLIA

APRESENTAÇÃO

A Rede Adventista comprometida com uma educação baseada em princípios ético-cristãos e na formação integral do aluno promove a criação de vínculos a fim de proporcionar o melhor acompanhamento pedagógico que é o cerne da construção do conhecimento e do sucesso escolar de seus educandos.

Este manual contém um resumo da estrutura organizacional, normas internas, sistema de avaliação e outras informações importantes para o bom funcionamento de nossas escolas. É fundamental que esse documento seja consultado sempre que necessário, com objetivo de esclarecer dúvidas, aprimorar a ação educativa e a socialização das partes envolvidas no processo educativo: escola, família e aluno.



HORÁRIOS

O horário de funcionamento ao público acontecerá das **7h às 18h**.



HORÁRIO DE ENTRADA E SAÍDA DOS ALUNOS

Educação Infantil (Pré 4 e Pré 5)

Turno da Manhã 07h25 às 11h50

Turno da Tarde *13h às 17h25

*sexta à tarde o horário de saída será às 16h35

Ensino Fundamental I (1º ano ao 5º ano)

Turno da Manhã 07h25 às 11h50

Turno da Tarde *13h às 17h25

*sexta à tarde o horário de saída será às 16h35

Ensino Fundamental II (6º ano ao 9º ano)

Turno da Manhã 07h25 às 11h50

Turno da Tarde *13h às 17h25

*sexta à tarde o horário de saída será às 16h35

Ensino Médio

Turno da Manhã 07h25 às 12h40

ATENÇÃO:

Tolerância Entrada: 10 minutos

Tolerância Saída: 20 minutos

**Os portões pela manhã
abrem às 06h40**



A verdadeira educação significa mais do que a prossecução de um certo curso de estudos. Significa mais do que a preparação para a vida presente. Visa o ser todo, e todo o período da existência possível ao homem. É o desenvolvimento harmônico das faculdades físicas, intelectuais e espirituais. Prepara o estudante para o gozo do serviço neste mundo, e para aquela alegria mais elevada por um mais dilatado serviço no mundo vindouro.

Livro Educação, pág. 131

ORIENTAÇÕES GERAIS



CANAIS DE COMUNICAÇÃO

PARA ALUNOS VETERANOS: Se você é pai ou responsável de aluno veterano, faça seu acesso pelo endereço: login.cpbedu.me/, basta clicar em "ACESSAR" e seguir o passo a passo como no ano anterior.

O portal educacional é uma ferramenta para ajudá-lo a acompanhar a vida acadêmica do seu filho com facilidade e agilidade. Em nosso portal você encontra informações sobre:

- Proposta Pedagógica
- Regimento Escolar
- Código de ética
- Material de apoio pedagógico + jogos educativos e Projeto Replay
- Notas das avaliações
- Registro de frequência
- Boletim bimestral
- Notificações semanais do cotidiano escolar
- Dados financeiros
- Notícias e eventos da escola
- Comunicados e Circulares informativas
- Calendários e cronogramas de avaliações
- Protocolos de segurança

PARA ALUNOS NOVOS: Os pais e/ou responsáveis receberão um comunicado individual por e-mail contendo informações de acesso ao nosso portal E-Class. Através do site, faça seu acesso pelo endereço: login.cpbedu.me/, basta clicar em "ACESSAR" e seguir o passo a passo.

Após o cadastro feito, continue acompanhando as redes sociais do Colégio Adventista, o aplicativo de comunicação com os pais e o site login.cpbedu.me/ para receber as orientações quanto ao acesso às aulas.

Além do portal os pais podem acompanhar a vida escolar de seus filhos acessando o site do colégio: educacaoadventistasul.com.br/rs/ ou ainda pelo aplicativo da unidade escolar, no qual terão acesso a todos os comunicados e informações gerais.





ENTRADA NA ESCOLA

Informamos que o espaço reservado para o atendimento dos pais e responsáveis é a recepção. Pedimos aos pais e responsáveis que não adentrem ao espaço interno (corredores e pátio) da escola. Exceto na semana de adaptação para os pais da Educação Infantil, nos dias de reunião, eventos ou quando for solicitada a sua entrada.

É sempre um prazer atendê-los, porém, para que este atendimento seja de qualidade, precisamos devido às muitas responsabilidades, nos organizar. Portanto solicitamos a gentileza de telefonar e marcar data e horário para o atendimento.

Procedendo assim, pretendemos evitar aglomeração e a perda de tempo dos pais ou responsáveis com a espera. É claro que, quando houver uma emergência, procuraremos fazê-lo sem reserva de dia ou hora.

CONTATO COM O PROFESSOR

Tendo em vista não interromper o período de aula, o contato com os professores deve ser feito por meio da agenda e em casos de urgências, entre em contato com a Orientação Educacional para verificar a necessidade de agendamento de horário, conforme disponibilidade do profissional.

SERVIÇO DE NOTIFICAÇÕES

Este serviço permite aos pais ou responsáveis um acompanhamento diário da situação acadêmica e disciplinar do aluno. Quando necessário será enviado um e-mail que deverá ser respondido pelos pais ou responsáveis.

PERMANÊNCIA NAS DEPENDÊNCIAS DA ESCOLA

É expressamente proibida a permanência, nas dependências do prédio escolar, de pessoas não autorizadas. Exceto em lugar permitido ou com a devida autorização da administração escolar.

TRANSFERÊNCIAS

As transferências para outro estabelecimento de ensino são concedidas mediante solicitação do responsável pelo aluno, preferencialmente ao final de cada etapa avaliativa. Após esse processo, não caberá o direito de realização de qualquer ato escolar, conforme contrato de prestação de serviços. A transferência só poderá ser solicitada pelo responsável legal na secretaria até o último dia útil do mês, evitando-se o pagamento da parcela do mês subsequente.

Para formalizar a transferência é necessário que o responsável legal realize o pedido por escrito na secretaria da unidade escolar e apresente a reserva de vaga da Instituição de Ensino de destino.

Quando houver mudanças de endereço, telefone ou e-mails, as informações devem ser repassadas com urgência para a secretaria da escola.

Será recomendada a transferência por parte da Unidade Educacional quando esgotadas todas as tentativas socioeducativas.

MUDANÇA DE TURMA/TURNO

Eventuais pedidos de mudança de turno deverão ser dirigidos ao orientador educacional, a quem cabe a análise de decisão, considerando a peculiaridade de cada caso e a existência de vaga.

As transferências internas para outro turno/turma são excepcionalmente concedidas no final de cada etapa de avaliação, sob as seguintes condições:

- Existência de vaga no turno/turma pretendidos
- Por recomendação da Orientação Educacional.

FREQÜÊNCIA E PONTUALIDADE

Assiduidade e pontualidade são fatores essenciais à formação do aluno e ao bom aproveitamento escolar, portanto, pedimos que os senhores atentem com muita responsabilidade para esses fatores.

• **ASSIDUIDADE:** Conforme disposto no inciso do artigo 24 LDB n° 9394/96, é obrigatória a frequência mínima de 75% do total das aulas dadas, por disciplina. Portanto, as faltas às aulas só deverão ocorrer por motivos reais de força maior, o que não inclui viagens de lazer. Lembramos que em casos de faltas em excesso, sem justificativa, a unidade escolar irá comunicar o Conselho Tutelar.

• **FREQÜÊNCIA:** O cômputo das presenças se dá pelo comparecimento do aluno às aulas em sua unidade escolar.

• **PONTUALIDADE:** O estudante deve ser pontual. Os atrasos prejudicam não apenas o aluno como também toda a turma, pois quando alguém chega atrasado é necessário parar todo andamento da aula. Na sala de aula virtual (no caso dos Itinerários Formativos), não será possível a inclusão do aluno após o horário de tolerância para o início do período. Por isso, contamos com a pontualidade de todos, pois o maior prejudicado na aprendizagem escolar e na formação de hábitos será seu filho.

• **ATRASOS:** Caso ocorra algum imprevisto que inviabilize a chegada do aluno no horário de início das aulas, os pais devem comunicar a escola. Se o atraso se repetir por três vezes consecutivas, os pais e responsáveis serão comunicados para os devidos ajustes.

• **ATESTADOS:** O atestado médico não abona as faltas, ele apenas as justifica, portanto no boletim do aluno constará a quantidade de falta equivalente a ausência do aluno.

• SAÍDAS

- **Antecipadas:** Apenas quando houver solicitação por escrito dos pais ou responsáveis, na agenda, com assinatura, a escola permitirá que o aluno saia em horário de aulas.

- **Com pessoas não autorizadas:** O aluno será liberado para sair da escola apenas com as pessoas que constam no "Termo de Aceite", previamente preenchido no ato da matrícula.

- **Tolerância nos horários de entrada:** O aluno que chegar mais de 10 minutos atrasado à aula presencial, deverá aguardar o sinal para o próximo período. Caso o atraso ocorra após a segunda aula, o aluno poderá entrar mediante a apresentação de atestado médico. O prejuízo de conteúdos e atividades, é de responsabilidade do aluno, pais e responsáveis.

UNIFORME ESCOLAR, MATERIAIS ESCOLARES E OBJETOS PESSOAIS

O uniforme é uma forma de identificação, de proteção e distinção para todos os alunos. Portanto, seu uso é obrigatório em todas as atividades (internas e externas). É vedado ao aluno o uso de bonés, chinelos, crocs, sapatilhas, tênis com rodinhas, tamancos ou sandálias rasteiras. O uso do tênis é obrigatório para todos e, principalmente nas aulas de Educação Física. Não é permitido o uso de calças jeans e a customização do uniforme, nem adornos ou acessórios, como bonés, bijuterias ou joias.

Durante a época de inverno o aluno poderá usar a quantidade de roupa necessária para manter-se aquecido, porém a peça que deve ficar em evidência e ser vestida por cima de qualquer peça (sejam calças, blusas, moletons ou casacos) deve ser a do uniforme.

Solicitamos que, em caso de algum imprevisto, quando o aluno não tiver condições de frequentar as aulas com o uniforme completo, a escola seja comunicada pelos pais. É recomendável que as peças do uniforme, principalmente os agasalhos, sejam identificados com o nome e sobrenome do aluno e sem abreviações. Caso alguma peça seja esquecida na escola e não estiver identificada, após dois meses, será encaminhada para doação. Lembramos que a escola não se responsabiliza pela perda dos uniformes.

Os materiais escolares são de uso individual e devem ser devidamente identificados com o nome do aluno, sendo sua responsabilidade zelar por eles. Os materiais dos alunos da Educação Infantil e séries iniciais do Ensino Fundamental devem ser etiquetados. Cada aluno será responsável pela guarda de seu material escolar e uniforme (se houver esquecimento de algo na escola, procure o setor de achados e perdidos).

A escola não se responsabilizará pela perda de objetos, uniformes, bens pessoais e materiais de alunos. (Coloque nome em todos os pertences de seu(u)a filho(a), inclusive agasalhos e utensílios para lanches).

JOIAS, ADORNOS, UNHAS E CABELOS

• Joias, bijuterias, adornos e maquiagem:

Conforme o Código de Ética do aluno, não é permitido o uso de joias, bijuterias, anéis, brincos, piercings, alargadores, pulseiras, colares, correntes ou quaisquer outros adornos afins, exceto alianças; fazer desenhos, riscos ou cortes nas sobrancelhas que as descaracterizem ou desconfigurem, devendo ser mantidas em sua forma natural; para as meninas, usar maquiagem com cores que não sejam de tons claros e discretos implicará em ocorrência e advertência pelo não cumprimento das regras estabelecidas.

• Unhas:

Não é permitido o uso de esmaltação nas unhas com cores que não sejam claras e discretas; para os meninos, o uso de maquiagem não é permitido.

• Cabelos:

Conforme regimento escolar, para os meninos, não é permitido cabelos de comprimento que sobrepeça o início da gola da camiseta do uniforme. Da mesma forma o cabelo feminino deve ser sem pinturas, cortes e penteados extravagantes.

ELETRÔNICOS

É proibido o uso de celular, smartphones, iPod, iPad, iPhone, MP3, MP4, MP10, tablets, surface, máquina fotográfica, mini games, cartas e similares ou outros eletrônicos em sala de aula, exceto para fins pedagógicos com o acompanhamento do professor. A escola não se responsabilizará pela perda ou dano de qualquer um dos equipamentos supramencionados ou similares.

CALENDÁRIO ESCOLAR

Os pais devem acompanhar o calendário escolar que apresenta as principais datas de avaliações, reuniões, eventos, recessos, início e término de períodos letivos. Qualquer eventualidade que resulte em mudança no calendário será devidamente comunicada aos pais.



LIVROS DIDÁTICOS E PARADIDÁTICOS

Os livros didáticos e paradidáticos são de uso obrigatório. Contamos com a colaboração dos pais no sentido de adquirirem o referido material o mais breve possível, para que seu filho não tenha problemas de acompanhamento às aulas. A data de início da utilização dos livros didáticos será enviada, via comunicado, no início do ano letivo.

O livro didático é o principal instrumento de aprendizagem, porém por não ser a única estratégia de ensino, há possibilidade de não ser utilizado em sua totalidade até o final do ano letivo.

COMUNICADOS

Solicitamos que os pais e responsáveis estejam atentos às informações gerais disponibilizadas pelos meios eletrônicos de comunicação, pois a escola fará uso constante destas mídias. Enviaremos também por meio de comunicados, sempre que necessário, as informações de eventos da unidade escolar. Portanto, verifiquem frequentemente a agenda escolar de seu(ua) filho(a), seu e-mail, ou acessem o site da nossa unidade e acompanhem o aplicativo utilizado para comunicação aos pais.

REPRODUÇÃO DE MATERIAL (XEROX)

De acordo com a lei 9.610/98, é crime reproduzir total ou parcialmente um livro. A ABDR - Associação Brasileira de Direitos Reprográficos - fiscaliza tal prática e desde que foi sancionada a Lei 10.695/03, é passível de pena de reclusão de até quatro anos quem reproduz livros sem autorização dos autores. Portanto, a escola zelará pelo cumprimento da legislação em suas dependências, não permitindo o uso de livros xerocopiados.

MATERIAL DO ALUNO

Todo material deverá ser identificado com o nome completo, para facilitar a devolução, em caso de perda.

Recomendamos que o uniforme seja bordado com o nome da criança/adolescente, para que não se extravia, misturado a outros.

Evitar portar quantias de dinheiro além do uso diário, bem como objetos de valor.

ALUNOS DOENTES

Caso perceba que seu filho está com algum problema de saúde, **comunique imediatamente à escola**. Em caso de suspeita de doença infectocontagiosa, **NÃO ENVIE o aluno** para a unidade escolar.

Não medicamos nossos alunos e em caso de algum mal estar, faremos contato imediato com a família.

Se for necessário algum afastamento temporário por recomendação médica, avise a escola e faça contato com a orientação educacional para receber as informações necessárias, evitando ao máximo o prejuízo acadêmico do aluno.

FALTAS E AVALIAÇÕES DE SEGUNDA CHAMADA

O aluno pode faltar até o limite de 25% da carga horária das disciplinas ou dias letivos. Se ultrapassar este índice, será reprovado, independente das médias alcançadas. A participação do estudante em todas as provas marcadas previamente é obrigatória.

Doença: Quando o aluno faltar por motivo de doença deverá apresentar ao SOE o atestado médico em até 48 horas após a volta às atividades normais e seguir as orientações para as atividades perdidas.

Luto: Em caso de luto familiar, apresentar ao referido setor a justificativa oficial em até 48 horas após a volta às atividades normais.

Competição ou Serviço Militar: Em caso de afastamento para competição ou serviço militar, deverá ser apresentada com, no mínimo, 48h de antecedência do afastamento, uma declaração dos órgãos competentes com as datas previstas para as atividades que o manterão afastado.

ACIDENTES OU QUESTÕES DE SAÚDE

Todos os alunos são assegurados em casos de acidentes. Caso ocorra qualquer tipo de incidente com o aluno, a escola imediatamente comunicará aos responsáveis legais, enquanto encaminhamos o aluno para o hospital mais próximo ou de preferência do responsável.

Para aqueles que possuem convênio médico, solicitamos que entreguem uma cópia da carteirinha, na secretaria.

Endereços, telefones e e-mails atualizados são imprescindíveis.

PROCESSO AVALIATIVO

Na Educação Infantil o registro da avaliação ocorrerá por parecer descritivo a cada bimestre, sobre o desenvolvimento do educando, a ser emitido pelo próprio educador, considerando os aspectos qualitativos acumulados ao longo do processo de ensino e aprendizagem, desde que haja a frequência mínima de 60% para a Educação Infantil.

Para os primeiros e segundos anos do Ensino Fundamental I, o registro de avaliação ocorrerá por parecer descritivo a cada bimestre, sobre o desenvolvimento do educando, a ser emitido pelo próprio educador, considerando os aspectos qualitativos acumulados ao longo do processo de ensino e aprendizagem.

A partir do 3º ano do Ensino Fundamental I, o rendimento mínimo exigido para a promoção é a média anual 7,0 (sete vírgula zero) por disciplina e um mínimo de 75% de frequência das horas/aulas.

As médias bimestrais serão expressas numa escala de "0" (zero) a "10,0" (dez), fracionadas até uma casa decimal, sem arredondamentos.

Para a composição da média do período avaliativo (bimestre), será obrigatoriamente, proporcionado ao estudante no mínimo 02 (dois) instrumentos de avaliação e 01 (um) instrumento de recuperação de estudos.

Os resultados da recuperação serão incorporados às avaliações efetuadas durante o período letivo e para aferição do bimestre, prevalecem entre as notas de Avaliação e as de Recuperação, aquelas de maior valor.

A média anual a partir do 3º ano do Ensino Fundamental, é obtida pela média aritmética das notas bimestrais, registradas no Livro Registro de Classe e Sistema de Secretaria da Instituição de Ensino.

> MA = 1.B + 2B + 3.B + 4.B

A divulgação dos resultados finais se dará mediante Edital que será publicado em data e horário agendado pela Secretaria Escolar.

O Projeto Político Pedagógico e o Regimento da Escola detalham o processo de avaliação por nível de ensino.

ALUNOS COM NECESSIDADES ESPECIAIS

Caso o aluno apresente a necessidade de acompanhamento especializado, os pais ou responsáveis deverão entrar em contato com o Setor de Orientação Educacional para que suas necessidades específicas sejam atendidas, de acordo com a avaliação deste profissional.

EDUCAÇÃO FÍSICA

A Educação Física, integrada à Proposta Pedagógica da unidade escolar, é componente curricular obrigatório da Educação Básica.

O aluno dispensado da prática da atividade por motivos médicos, deverá apresentar ao Serviço de Orientação Educacional o atestado justificando o afastamento.

PRAZOS A SEREM CUMPRIDOS

Solicitamos sua atenção para as datas que necessitam ser cumpridas ao longo do Bimestre.

- Atividades avaliativas e trabalhos: seguir as **datas do cronograma** para trabalhos e atividades que serão realizados em sala de aula;
- Tema/tarefa de casa: seguir **especificação do professor**.

BOLETIM ESCOLAR

O boletim será disponibilizado em nosso portal após o encerramento do bimestre. **É responsabilidade dos pais ou responsáveis o acompanhamento do processo acadêmico do aluno durante o bimestre e ano letivo.** Os pais ou responsáveis dos alunos que apresentarem notas abaixo da média, serão convocados para um encontro previamente agendado com a Orientação Educacional.

AULAS DE REFORÇO ESCOLAR

Nossa unidade oferece aulas de reforço, preferencialmente para as disciplinas de Língua Portuguesa e Matemática, para os alunos do 1º Ano EFI e 6º ano, que apresentem alguma necessidade. Não há custo adicional e o aluno será convocado mediante comunicado escrito enviado por e-mail aos responsáveis.

Também haverá um programa de remediação de alfabetização presencial nos dois primeiros bimestres, exclusivamente para os alunos de Educação Infantil e 1º ano.

TAREFAS DE CASA

Terão uma frequência de acordo com a série do aluno e esta frequência será informada aos pais e responsáveis, na primeira reunião de pais e mestres. A falta da execução da tarefa de casa poderá implicar no baixo rendimento do aluno, já que visa revisar o que foi estudado em sala ou introduzir/antecipar um novo conteúdo (de acordo com a série). Lembramos que os pais e responsáveis deverão acompanhar e estimular a resolução das tarefas, mas nunca realiza-las pelos filhos. A tarefa deverá ser entregue na aula seguinte ou na data estabelecida pelo professor.

EXCURSÕES PEDAGÓGICAS

Durante o ano, realizaremos excursões pedagógicas com datas e locais a serem agendados, de acordo com as deliberações estaduais. Estaremos atentos aos protocolos sanitários e medidas de segurança durante o passeio pedagógico. Fiquem atentos aos comunicados referentes às excursões, no qual estarão registradas todas as informações necessárias, sobre datas, horários, valores, etc.

REUNIÃO DE PAIS E MESTRES

Independentemente da idade do aluno, há estudos científicos que comprovam que o acompanhamento dos pais da vida escolar contribui para o melhor rendimento acadêmico. Portanto, a presença nas reuniões agendadas pela Orientação Educacional é imprescindível. Nessas ocasiões, as principais informações sobre o desenvolvimento acadêmico e sugestões são compartilhadas.

LANCHES DA CANTINA

A cantina da escola segue um regime saudável de alimentação. Os lanches produzidos e comercializados além de nutritivos, estão de acordo com os padrões de higiene exigidos pela Vigilância Sanitária e Lei no 15.216/ 2018 que dispõe sobre alimentos que não devem ser comercializados dentro do ambiente escolar, dentre eles estão salgadinhos, bolacha recheada, balas, chicletes, pirulitos, alimentos ricos em gorduras saturadas, alimentos com corantes e aromatizantes.

Portanto, pedimos que aqueles que preferem enviar alimentos de casa, observem o que irão ofertar ao seu filho, pois o que ele ingere, influencia diretamente em seu comportamento e raciocínio.

BRINQUEDOS - TURMAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Em dia da semana, determinado pela escola, as crianças da Ed. Infantil poderão trazer brinquedos de casa. São recomendados jogos e brinquedos que possam ser compartilhados. É importante que os brinquedos contenham identificação (nome e série da criança).

O dia do brinquedo (Ed. Infantil) será comunicado via agenda, por isso acompanhe o que seu filho coloca na mochila a cada dia. Pedimos aos pais e responsáveis que não enviem os seguintes brinquedos: armas, espadas ou qualquer brinquedo que incentive a violência, jogos ou aparelhos eletrônicos (tablets, celulares, smartphones, iphones, ipads e similares), brinquedos a pilha (alto custo), brinquedos com peças pequenas que possam ser perdidas facilmente, ou fantasias.

ORIENTAÇÕES DISCIPLINARES

No ato da matrícula os pais e/ou responsável recebem e assinam um Código de Ética onde constam orientações gerais sobre conduta dos alunos, seus direitos, deveres e proibições, bem como dos pais ou responsável legal.

Leia este documento para compreender os processos relacionados às questões disciplinares.

FESTA DE ANIVERSÁRIO

Não será permitida a realização de festinhas de aniversário dentro das dependências da unidade escolar. Convites para festas de aniversário serão entregues em sala de aula, pelo professor, quando todos os alunos da sala forem convidados, para evitar constrangimentos. (Educação Infantil ao 5º ano).

ESSÊNCIA DO SUCESSO

Como estudar em sala de aula?

- 1** Evite conversas paralelas durante as aulas, a não ser que seja um momento de interação;
- 2** Esteja sempre atento e concentrado, durante as explicações e atividades;
- 3** Pergunte ao professor sobre suas dúvidas, discuta com ele seus pontos de vista;
- 4** Faça anotações. Caso tenha dúvidas, pergunte ao professor, elas aliviam a memória e permitem a retomada da matéria a qualquer momento;
- 5** Faça todas as atividades de fixação, tanto as propostas em sala como as para casa.

Os itens abaixo auxiliam no desenvolvimento do corpo e da mente, contribuindo assim, no processo de desenvolvimento acadêmico:

Sono: é importante descanso para renovação. Cada hora dormida antes da meia noite equivale a 2 horas de sono reparador. Durante o sono processamos e fixamos as informações significativas que recebemos dura

Exercícios Físicos: estimulam a produção e liberação de endorfinas, hormônios produtores do bem-estar. Elimina toxinas que entorpecem o cérebro e ativam a circulação conduzindo maior quantidade de oxigênio ao cérebro;

Água: por dentro e por fora, melhora o funcionamento dos órgãos e memória, colaborando também com a eliminação de toxinas e oxigenação do cérebro;

Alimentação saudável: a alimentação baseada em alimentos naturais ou não-industrializados, promove saúde assim como tem a capacidade de restaurá-la em muitas situações de enfermidade;

Confiança em Deus: a certeza da presença e cuidado de Deus em nossa vida é uma forte proteção contra ansiedade, depressão e outros tipos de doenças, contribuindo assim para o equilíbrio global do nosso corpo e mente.

LEMBRE-SE:

- 1.** Abra a agenda todos os dias para verificar os trabalhos a serem entregues e as épocas de provas;
- 2.** Coloque lembretes em seu celular para não esquecer das tarefas importantes;
- 3.** Recapitule as aulas dadas, mesmo que não tenha sido dada tarefa;
- 4.** Dividir o tempo para o estudo diário de cada matéria;
- 5.** Fazer todas as tarefas do dia, independente se serão vistas no dia seguinte ou não;
- 6.** Ao terminar de estudar, preparar o material para o dia seguinte, conforme tudo o que for necessário.

INDICAÇÃO DE LEITURA:

CASTRO, Cláudio de Moura. *Você sabe estudar? Quem sabe, estuda menos e aprende mais.* Porto Alegre: Editora Penso, 2015.

DRESCHER, Johna. *Site necessidades básicas da criança.* São Paulo: Editora Mundo Cristão, 3ª edição.

WHITE, Ellen. *Educação.* São Paulo: Editora CPB.