




**GUIA PARA ACOLHIMENTO
À COMUNIDADE ESCOLAR
NO CONTEXTO DE
ATIVIDADES PEDAGÓGICAS
NÃO PRESENCIAIS**



The cover features a blue background with a pattern of white icons representing various educational and technological concepts such as a lightbulb, a calendar, a pencil, a speech bubble, a computer mouse, a person icon, a document, a calendar page with the number 10, a calculator, a lightbulb, a speech bubble, a person icon, a document, a calendar page with the number 10, a calculator, a lightbulb, a speech bubble, a person icon, a document, a calendar page with the number 10, and a calculator. A large white outline of two hands shaking is positioned in the lower half of the cover. A red speech bubble with three white horizontal lines is located at the top left. A teal tablet is centered in the upper half, displaying the title in a dark blue, torn-edge box.

**GUIA PARA ACOLHIMENTO
À COMUNIDADE ESCOLAR**
NO CONTEXTO DE
ATIVIDADES PEDAGÓGICAS
NÃO PRESENCIAIS

BRASÍLIA, DF
2020

GOVERNADOR DO DISTRITO FEDERAL

Ibaneis Rocha

VICE-GOVERNADOR DO DISTRITO FEDERAL

Paco Britto

SECRETÁRIO DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

João Pedro Ferraz dos Passos

SUBSECRETÁRIO DE EDUCAÇÃO BÁSICA

Tiago Cortinaz da Silva

DIRETORA DE SERVIÇOS E PROJETOS ESPECIAIS DE ENSINO

Ana Karina Braga Isac

GERENTE DE ORIENTAÇÃO EDUCACIONAL

Érika Goulart Araújo

GERENTE DE SERVIÇO ESPECIALIZADO DE APOIO À APRENDIZAGEM

Leonardo Vieira Nunes

ELABORAÇÃO

Claudia Cavalcante de Carvalho Weber

Leonardo Vieira Nunes

Luciana Moreira Oliveira

Marianna Queiroz Batista

Marina Cantanhede Rampazzo

Michelle Ribeiro Confessor

Rosemary dos Santos Menezes

COLABORADORES

Coordenações Regionais de Ensino, Coordenação Intermediária de Orientação Educacional, Coordenação Intermediária do Serviço Especializado de Apoio à Aprendizagem.

REVISÃO

Selma F. Frasão

CAPA, ARTE E DIAGRAMAÇÃO

Frank Alves

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	7
ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS PARA O ACOLHIMENTO	11
1. SUGESTÕES PARA O TRABALHO COM OS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	12
2. SUGESTÕES PARA O TRABALHO COM AS FAMÍLIAS E COMUNIDADE ESCOLAR	15
3. SUGESTÕES PARA O TRABALHO COM OS ESTUDANTES	17
4. SUGESTÕES PARA TRABALHAR O TEMA SAÚDE MENTAL	21
EXCESSO DE INFORMAÇÕES.....	21
AUTOCUIDADO.....	22
PARA DIFERENTES RESULTADOS, TENDE ATIVIDADES DIFERENTES	23
SOBRE CONTATO E CONSTRUÇÃO DE REDE AFETIVA	23
REFERÊNCIAS.....	24
5. SUGESTÕES DE MATERIAIS/RECURSOS PARA ATIVIDADES COM PROFESSORES E ESTUDANTES	25
OUTROS MATERIAIS	26
TEMA: INTELIGÊNCIAS MÚLTIPLAS	26
TEMA: MEDOS	26
TEMA: ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES.....	26
TEMA: DINÂMICA ESCOLAR.....	27
TEMA: EMPATIA.....	27
TEMA: MEDITAÇÃO.....	28
TEMA: MÚSICAS: MPP - MÚSICAS PARA PENSAR.....	28
TEMA: EDUCAÇÃO INFANTIL E ANOS INICIAIS	28
TEMA: LUTO E SAUDADE.....	29
TEMA: ABUSO SEXUAL.....	30
TEMA: LUDICIDADE.....	30

INTRODUÇÃO

O presente documento surge diante do cenário mundial de pandemia pelo novo Coronavírus, que impôs medidas de distanciamento social, incluindo o fechamento das escolas públicas e privadas. Ao longo de praticamente três meses, as aulas presenciais foram suspensas e as tecnologias foram ganhando espaço como estratégia possível para manter os estudantes em contato com a aprendizagem formal oferecida pelas escolas. Com o iminente retorno oficial das aulas, mas ainda de maneira não presencial, faz-se necessário pensar de que forma se dará essa retomada. Assim, os diferentes setores da SEEDF se debruçaram frente às suas respectivas temáticas a fim de viabilizar esse retorno da forma mais segura e eficaz.

Nesse sentido, a Orientação Educacional e o Serviço Especializado de Apoio à Aprendizagem fizeram um esforço conjunto de reflexão a respeito das temáticas de cunho socioemocional relacionadas ao referido contexto. Dessa forma, este guia tem por objetivo trazer contribuições para o acolhimento da comunidade escolar no cenário de atividades pedagógicas não presenciais. Este documento se integra às ações previstas na *Gestão Estratégica para a Realização das Atividades Pedagógicas não Presenciais na Rede Pública de Ensino do Distrito Federal* e visa criar um espaço de mapeamento, escuta e compartilhamento que possibilite um retorno formal das atividades pedagógicas de maneira a preparar e fortalecer a comunidade escolar para um ensino mediado por tecnologias neste momento, assim como colaborar com as ações a serem realizadas pelos Comitês Regionais e Locais para a implementação e operacionalização do regresso dos estudantes às atividades educacionais não presenciais e presenciais, conforme instituído pela Portaria Nº 120 de 26 de maio de 2020.

Acolher significa levar em consideração, receber, reunir, juntar. Pessoas podem promover mudanças ao seu redor, em seu círculo familiar, profissional ou social, por meio de atos de acolhimento às necessida-

des do outro. O poder da empatia tem relação com estratégias para ação emergentes e com atender mais necessidades por meio da inclusão de todas as vozes. No âmbito escolar, o acolhimento é uma ação pedagógica que favorece a integração de toda comunidade escolar, com vista ao desenvolvimento e fortalecimento do sentimento de pertencimento, assim como promoção do engajamento com o processo de escolarização e estratégias de aprendizagem e desenvolvimento.

Faz-se importante aproveitar este tempo de colaboração para aprender e ensinar com o coletivo, inspirar-se nas competências de cada um, convidando os profissionais a contribuírem e compartilharem seus conhecimentos e habilidades com todos da UE. Paralelo a isso, indicamos sugestões tanto para o trabalho com os diferentes atores da comunidade escolar, bem como dicas para trabalhar alguns temas que podem emergir como consequência do processo da pandemia, do isolamento e distanciamento social.

Cabe ressaltar que esse novo contexto da educação, mediada por tecnologia, será desafiador para todos os envolvidos. Nós, servidores públicos da educação, teremos de nos apropriar das ferramentas virtuais, seja por meio de cursos oferecidos pela SEEDF, por tutoriais disponíveis na internet ou de forma autodidata. O desenvolvimento de competências, isto é, a possibilidade de identificar e mobilizar em si recursos para adquirir novos conhecimentos e habilidades, será muito valioso para o enfrentamento dessa situação. A escola, como espaço potente de transformação da sociedade, encontra-se no epicentro dessa nova organização dos processos educativos formais e das metodologias de ensino.

Nesse contexto de acolhimento à comunidade escolar, deve-se destacar a função social da escola na ampliação das possibilidades de conhecimento e desenvolvimento humano. A escola é um lócus privilegiado de socialização da cultura e de produção de saber por parte dos diversos atores envolvidos em seu cotidiano. Nesse momento, portanto, a relevância tradicionalmente atribuída ao desempenho deve se engajar na perspectiva da aprendizagem e desenvolvimento humano. Da mesma forma, o foco até então voltado para o conhe-

cimento deve ser deslocado para o sujeito integral, o qual é nosso público.

Assim, o tema da saúde mental, no contexto escolar, deve ser compreendido na perspectiva da escola como ambiente potencializador das aprendizagens, que estimule a criação de vínculos satisfatórios dos atores educacionais. Nesse sentido, entende-se a saúde mental como um processo de reconhecimento de si, do outro e da realidade social em que se vive, e não apenas como um estado de bem-estar físico, mental ou social, isoladamente.

Mais do que acolher as dificuldades socioemocionais e queixas relacionadas ao isolamento social, em função da pandemia, a escola precisa criar espaços que permitam aos professores e estudantes expressarem sua criatividade, protagonismo, inventividade, leitura de mundo e espírito colaborativo. Nesse momento de retomada das atividades escolares, torna-se fundamental, para além da aprendizagem dos conteúdos formais, possibilitar aos sujeitos ressignificarem o aprender e a relação com o ambiente escolar, de forma a se perceberem como agentes promotores de saúde e desenvolvimento.

A pandemia nos mostrou como alguns segmentos sociais estão mais vulneráveis que outros e expôs o grande desafio que teremos para ofertar uma política pública de ensino de acordo com a necessidade de cada especificidade da rede. No entanto, estar atento à redução do impacto das desigualdades é uma obrigação moral de todos os atores envolvidos, inclusive externos ao ambiente escolar. Dessa maneira, as equipes gestora e pedagógica, bem como os serviços de apoio precisam monitorar as condições encontradas, acionando os demais parceiros da rede externa em todos os casos em que as demandas extrapolarem o papel da escola. Vale ressaltar que, em relação aos estudantes em maior vulnerabilidade, outros setores desta Secretaria também estarão atentos e desenvolvendo ações a esse respeito.

É importante entender que este guia não surge apenas como ideia de boas-vindas para a comunidade escolar após um período de férias ou recesso, mas sim a conscientização de um processo de transição de um período prolongado de suspensão das aulas devido a uma situação de saúde coletiva sem precedentes nesta geração. Essa transição

pressupõe um processo de acolhimento contínuo, considerando um contato inicial, com mapeamento de como se encontra a comunidade diante da variedade de questões possivelmente emergidas ao longo desse afastamento do ambiente escolar; a coordenação de ações diante do cenário mapeado, a fim de minimizar danos e pensar coletivamente no futuro; e a avaliação das ações desenvolvidas, no sentido de refletir sobre os próximos passos. Deseja-se, portanto, buscar estratégias para que a mudança da realidade conhecida para a nova realidade seja uma travessia e não uma ruptura.

É necessário resgatar os valores fundamentais de convivência e reforçar a importância dos quatro pilares da Educação (Aprender a Conhecer, Aprender a Fazer, Aprender a Conviver e Aprender a Aprender) para a formação integral do estudante. Considerando que, neste momento transitório, os objetivos, conteúdos, metodologias e práticas pedagógicas utilizados até então nas escolas deverão ser repensados, uma vez que, diante do novo contexto apresentado, novos paradigmas educacionais deverão emergir. Este Guia não pretende ser um documento norteador de tais paradigmas, mas uma abertura para que eles possam surgir.

Precisamos pensar em colaboração e flexibilidade para adaptação de conteúdos e avaliações. Muitas das soluções surgirão na retomada do processo e precisamos estar abertos para inovar e reprojeter constantemente. É a hora de resgatar os ensinamentos de Paulo Freire e sua metodologia participativa: “A participação do sujeito no processo de construção do conhecimento, com métodos novos em que alunos e professores, juntos fundamentando a relação dialógica-dialética entre educador e educando: ambos aprendem juntos.” (Paulo Freire).

ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS PARA O ACOLHIMENTO

A seguir serão detalhadas sugestões de ações de acolhimento voltadas para a especificidade de cada segmento da comunidade escolar, assim como estratégias relevantes para desenvolver e fortalecer o sentimento de pertencimento e de engajamento com o processo de escolarização, considerando a especificidade da diversidade dos sujeitos que compõem a realidade de cada escola.

Observa-se que o profissional ou equipe responsável por cada ação estará pontuado(a) neste documento a fim de auxiliar na organização do trabalho pedagógico, levando em consideração o perfil geral de cada um dos envolvidos. No entanto, está claro que normas regimentais devem ser respeitadas e que as disposições na proposta pedagógica devem ser consideradas para o cumprimento das sugestões contidas neste documento.

Vale ressaltar que, em diferentes níveis, toda a comunidade escolar deve estar engajada nas ações de acolhimento e propostas de retorno às aulas com o intuito de obter o melhor resultado possível diante de todo o cenário posto. Nessa perspectiva, deverá ser entendida como Equipe de Apoio: a Orientação Educacional, o Serviço Especializado de Apoio à Aprendizagem (incluindo Equipe Especializada de Apoio à Aprendizagem e Salas de Apoio à Aprendizagem) e Sala de Recursos; como Gestão: Direção, Vice-Direção, Supervisão e Secretaria Escolar; como Equipe pedagógica: Docentes e Coordenação Pedagógica.

I. SUGESTÕES PARA O TRABALHO COM OS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO

- **MAPEAMENTO INSTITUCIONAL:** Mapear, entre os profissionais da UE, o acesso à internet, a dispositivos eletrônicos e às plataformas oficiais da SEEDF. Mapear também as dificuldades e o domínio dos profissionais relativos aos recursos e ferramentas digitais, por meio de formulários virtuais (ex.: *Google Forms*). Aqueles professores que possuem facilidade com os recursos digitais podem ser facilitadores e formadores do próprio grupo. (Equipe de Apoio, Gestão e Coordenação Pedagógica).
- **ORIENTAÇÃO E SUPORTE:** Orientar quanto ao acesso às formações/cursos e plataformas disponibilizadas pela SEEDF para a apropriação dos recursos e ferramentas não presenciais. Divulgar as normativas e orientações oficiais emitidas pela SEDF ao grupo de professores para que não haja interpretações errôneas sobre a condução do trabalho, por meio de canais virtuais como *Telegram*, *whatsapp*, listas de transmissão, correio eletrônico. (Gestão e Coordenação Pedagógica)
- **RODA DE CONVERSA VIRTUAL:** A roda de conversa virtual é uma ferramenta poderosa para acolhimento e partilha. Constitui-se num encontro virtual conduzido por um mediador, oportunizando um processo cooperativo de fortalecimento das redes e das relações. É uma possibilidade para acessar a inteligência coletiva, promover a convivência e trazer novos caminhos, gerando novas respostas para novas perguntas, necessárias nesta situação inesperada para todos. Pode ser amplamente utilizada na Coordenação Coletiva.

- Responsáveis: Psicólogos Escolares, Pedagogos e/ou Orientadores Educacionais.

◊ Proposta: Criar espaços de escutas virtuais, inspirados por metodologias colaborativas (ex: Teoria U, Mundo VUCA), podendo-se utilizar ferramentas não presenciais de comunicação que propiciem a escuta e debate coletivo (plataformas de videoconferência como *Meet*, *Zoom*, *8x8*, *Cisco Webex* e outros) considerando sempre o horário de trabalho dos profissionais envolvidos. É importante que haja um mediador que levante as necessidades do grupo (pode ser previamente à roda) e, a partir de perguntas disparadoras, acolhem-se e mediam-se as falas e expressões dos envolvidos, conduzindo o debate para uma reflexão que traga contribuições para o coletivo. O mediador pode fazer uma apresentação inicial e separar o grupo em pequenas salas virtuais paralelas, para garantir a fala de todos e retornar à sala principal para a partilha. Isso aproxima e desinibe os participantes, ao mesmo tempo que dinamiza a roda e reduz o tempo da dinâmica.

◊ Acolhimentos iniciais: Nomear e refletir sobre o que cada um passou - Como cada um lidou com o período de distanciamento? Qual foi a pior e a melhor parte? Quais reflexões surgiram? O que se aprendeu? Descobriu-se alguma habilidade, algum talento? Perspectivas futuras: Como acham que será daqui em diante? (Escutar de fato como os professores acreditam que deva ser daqui para frente, como as ações devem ser construídas).

◊ Importante discutir também novas metas para 2020. O que será possível realizar? Quais serão as prioridades? Refletir sobre a adequação curricular e avaliativa no contexto da educação mediada pelas tecnologias. É importante que os profissionais aproveitem o momento atual para avaliar antigas práticas pedagógicas, reflitam sobre a relevância de cada conteúdo e se permitam ter abertura para as novas possibilidades que surgem. Esta deve ser uma construção COLETIVA para que faça sentido para todos.

- **LIVES:** As *lives* são transmissões ao vivo de áudio e vídeo na internet, geralmente feita por redes sociais. A escola pode criar um canal no *YouTube*, perfil no *Instagram* e promover uma *live* sobre o tema de interesse dos professores. (Equipe de Apoio, Gestores, Coordenação pedagógica, Convidados)
- **ASSESSORIA PEDAGÓGICA:** Deve-se trabalhar sugestões de estratégias, materiais e ferramentas por meio de sala de aula virtual para os professores, repensando que novas maneiras de atuação são possíveis e qual a prioridade educativa para este momento. (Equipe de Apoio, Coordenação pedagógica)



2. SUGESTÕES PARA O TRABALHO COM AS FAMÍLIAS E COMUNIDADE ESCOLAR

- É preciso fazer um novo contrato de convivência, trabalhando com a comunidade escolar a importância de manter os cuidados de precaução e higiene construídos em momento de isolamento e/ou distanciamento social. As informações precisam ser acessíveis, de maneira a incluir todos os estudantes e familiares, em suas diferentes condições, no processo de conscientização. É importante dialogar, esclarecer e orientar estudantes, familiares e servidores. (Todos devem estar atentos a esta questão)
- Mapear as famílias em situação de vulnerabilidade social com dificuldade ou impossibilidade de acesso aos canais de televisão, em que as videoaulas estão sendo veiculadas, e/ou à internet, bem como aos dispositivos eletrônicos necessários ao acesso de recursos digitais. Esses casos devem ser analisados com cuidado, seguindo as orientações da SEEDF quanto às possibilidades de acesso, como entrega de material impresso. (Equipe Gestora e Pedagógica)
- Mapear os canais virtuais mais efetivos para comunicação com a família/comunidade, deixando claro o funcionamento desse canal, como os objetivos, a frequência e os horários de interação e atendimento. (Equipe gestora e pedagógica)
- Estimular as famílias com convites a participar da Comunidade Escolar, por meio de perguntas disparadoras tais como: "Você está se perguntando como será o projeto Escola em Casa?" ou "Como será a volta às aulas?", "Como pode apoiar seus colegas, professores, gestores, servidores, terceirizados? E os alunos e famílias?". Os canais de comunicação não presenciais colaboram para estimular-

mos a criatividade e a inteligência coletiva. (Todos devem estar atentos a esta questão)

- Mapear, regularmente, com as famílias, temas/dicas em que gostariam de se aprofundar e ter informações. O tema que tiver maior recorrência, a UE pode realizar uma pesquisa e enviar para as famílias ou convidar parceiros da rede para contribuir com *lives* ou vídeos. (Coordenação e supervisão pedagógicas)
- Auxiliar as famílias no mapeamento das redes de apoio da comunidade (CRAS, CREAS, Conselho Tutelar, ONGs, Organizações parceiras) em assistência social, em doação de alimentos, materiais de higiene, entre outros. (Equipe de Apoio)
- Avaliar quanto à adaptação do estudante ao meio educacional (virtual ou não) em que está inserido e sobre as possibilidades de a família prestar o apoio e acompanhamento na realização das tarefas escolares. Enviar material informativo pontuando os desafios à organização de estudos com autonomia no contexto de Educação não Presencial e dicas de como a família pode colaborar, auxiliando sempre que necessário. (Todos devem estar atentos a esta questão)
- Proceder junto às famílias, com clareza e objetividade, comunicação efetiva para promover acolhimento às necessidades educacionais e emocionais delas e dos estudantes, encaminhando para os parceiros da rede externa sempre que a demanda extrapolar o domínio da educação. (Todos devem estar atentos a esta questão, sobretudo as Equipes de Apoio)
- Orientar quanto à importância da participação na educação remota dos estudantes para a redução dos prejuízos causados pelo distanciamento temporário da escola. (Todos devem estar atentos a esta questão)
- Mediar os possíveis conflitos na relação entre o ambiente escolar virtual e a família. (Todos devem estar atentos a esta questão)

3. SUGESTÕES PARA O TRABALHO COM OS ESTUDANTES

- **MAPEAMENTO INSTITUCIONAL:** Mapear, com os estudantes de cada turma, a acessibilidade à internet, a dispositivos eletrônicos e às plataformas oficiais da SEEDF. Mapear também as dificuldades e o domínio dos estudantes relativos aos recursos e ferramentas digitais, considerando cada etapa de ensino. Mapear os estudantes em situação de intensa vulnerabilidade social com impossibilidade de acesso aos recursos não presenciais. Podem ser utilizados formulários virtuais, mensagens de texto, contato telefônico. (Professores, coordenação pedagógica, gestão)
- **ORIENTAÇÃO E SUPORTE:** Orientar os estudantes e famílias quanto ao acesso e ao uso dos recursos e plataformas digitais. Orientar quanto à possibilidade de compartilhamento de dispositivos com outros da comunidade. Orientar sobre as possibilidades de entrega de materiais para aqueles sem acesso aos recursos e dispositivos não presenciais. Para cada etapa e modalidade de ensino, a orientação e o suporte serão adaptados às suas especificidades. (Todos devem estar atentos a esta questão)



• **RODA DE CONVERSA VIRTUAL:** A Roda de Conversa virtual é uma ferramenta poderosa para acolhimento e partilha. Constitui-se num encontro virtual conduzido por um mediador, oportunizando um processo cooperativo de fortalecimento das redes e das relações. É uma possibilidade para acessar a inteligência coletiva, promover a convivência e trazer novos caminhos, gerando novas respostas para novas perguntas, necessárias nesta situação inesperada para todos. A viabilidade da Roda de Conversa deve levar em consideração a etapa de ensino, podendo ser amplamente adaptada e modificada para atingir o público alvo.

◊ Responsáveis: Professores com auxílio do SEAA e/ou Orientadores Educacionais.

◊ Reflexão e produção: O mediador deve explicar a ação e a intencionalidade da ação, escutar os participantes e fazer uma pergunta disparadora para reflexão. A “colheita” e o compartilhamento virtual com os colegas podem ser orais ou a partir de uma produção (redação, poema, roteiro, desenho, música, coreografia). Exemplo: **Pergunta disparadora:** "Imagine você em 2040 explicando o que aconteceu neste período do COVID-19". **Produção:** Registrar (com os mais variados e criativos recursos) as suas reflexões a partir da pergunta. **Compartilhamento:** Utilizando os recursos da sala virtual, o professor será o mediador para conduzir. Dependendo da faixa etária, o professor pode abrir algumas salas simultâneas e separar em grupos.

• Sugestões de perguntas motivadoras para primeiros acolhimentos: Como foi o período de distanciamento para cada estudante? Qual foi a pior e a melhor parte? O que aprenderam? Descobriram alguma habilidade, algum talento? Perspectivas futuras: Como acham que será daqui em diante? Como pensam que deve ser a organização da escola daqui para frente? Deve-se induzi-los, também, para que possam falar sobre o que aprenderam, assim como os professores, reforçando aprendizagens "não curriculares" e as inteligências que estão por trás disso.

- Sugere-se, após as primeiras acolhidas de escuta e expressão dos sentimentos e necessidades, propor que o que foi acolhido e debatido se materialize por meio de algum projeto artístico, com abertura para exercerem a criatividade de acordo com seus recursos disponíveis. Exemplo: “Projeto *Mundo pós-pandemia*, o que podemos produzir que será importante para esse novo mundo”? (Corpo Docente, com auxílio da equipe pedagógica e a Equipe de Apoio)
- Incentivar o desenvolvimento de projetos de pesquisa individuais ou em grupos, com delineamento sobre o que planejam investigar, o que pretendem produzir como produto, que informações serão necessárias para iniciar o projeto e que meios (entrevista, coleta de dados, observação, outros) serão utilizados para obter as informações (professor regente).
- Manter discussões sobre temas formadores de opinião como preconceito, solidariedade, cooperação e respeito, a partir de textos, contação de histórias, vídeos, *lives*. (Todos devem estar atentos a esta questão, sobretudo a Equipe de Apoio)
- Criar uma rotina semanal de acolhimento, sempre estimulando a fala especialmente de sentimentos e sensações. Divulgar as próximas ações, mantendo o vínculo afetivo. Encaminhar à rede externa sempre que for percebida uma necessidade que vá além do domínio da educação. (Professores e Equipe de Apoio)
- Trabalhar hábitos de estudo diante da nova rotina e contexto geral, orientando para que consigam organizar o tempo para estudos online, atividades familiares, realização e entrega das atividades escolares, não esquecendo a importância do tempo para brincar e atividades de lazer. (Professores e Equipe de Apoio)
- Incentivar e privilegiar avaliações mais flexíveis e dinâmicas (ex: portfólio) de forma a registrar o percurso de desenvolvimento pedagógico do estudante (professor com auxílio do SEEA, da Orientação Educacional e da Coordenação Pedagógica)

- Promover oficinas pedagógicas para desenvolvimento de materiais específicos. As ideias para os jogos e materiais podem vir dos próprios estudantes.
- **LIVES:** As *lives* são transmissões ao vivo de áudio e vídeo na internet, geralmente, feita por redes sociais. A escola pode criar um canal no *YouTube*, perfil no *Instagram* e promover uma *live* sobre o tema de interesse dos estudantes. (Equipe de Apoio, Gestores, Coordenação pedagógica, Professores, Convidados)
- **CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS:** A contação de histórias não se restringe à educação infantil. Constitui-se numa prática privilegiada de acesso a todas as faixas etárias, colaborando para desenvolvimento da escrita e da oralidade, além de desenvolver a percepção de representações simbólicas. Pode ser utilizada em *lives*, vídeos, salas de aula virtuais, para trabalhar os mais diversos conteúdos. (Equipe de Apoio, Gestores, Coordenação pedagógica, Convidados)



4. SUGESTÕES PARA TRABALHAR O TEMA SAÚDE MENTAL

A saúde mental é essencial para todos, principalmente, em tempos de grande instabilidade e imprevisibilidade. É importante o fortalecimento de toda a comunidade escolar nesta área, uma vez que a escola se apresenta como um lugar privilegiado de debate, acolhimento e conhecimento. Dessa maneira, seguem algumas reflexões e dicas que podem dar subsídios às discussões no contexto escolar com os mais variados atores, adaptando o conteúdo de acordo com a etapa e a modalidade do público-alvo. Cabe lembrar, quando couber, que se deve estar atento à rede de atenção psicossocial do DF e/ou clínicas e colaboradores do campo da saúde mental (<http://www.saude.df.gov.br/carta-de-servicos-caps/>).

Excesso de informações

- Mantenha-se informado por meio de fontes seguras de informação (prefira as informações das autoridades de saúde) e reduza a leitura de informações superficiais inconsistentes. Defina intervalos de tempo e não consulte novas informações a todo momento. Verifique a credibilidade da fonte e a veracidade da mensagem. A exposição constante a mensagens alarmistas nos gera danos e sintomas duradouros. O cuidado e a seleção de informações reduzem os níveis de ansiedade, medo e estresse.
- Perceba que tipo de reação emocional é disparada quando as informações chegam a você, como medo, ansiedade, tristeza. A capacidade de autopercepção é um exercício importante para nosso desenvolvimento e influencia diretamente nossas relações familiares, sociais e de trabalho.

- Não esqueça que, como educadores, somos socialmente convocados a dar respostas e transmitir informações e isso envolve grande responsabilidade. Transmita apenas informações necessárias e importantes. Avalie os efeitos do conteúdo e da forma da mensagem, principalmente, quando essas mensagens forem repassadas às famílias e aos estudantes. Nunca propague informações de conteúdo ou fonte duvidosa. Pondere se a informação que a mensagem entrega é maior do que os efeitos emocionais negativos.

Autocuidado

- A saúde física está intimamente ligada à sua saúde mental, por isso ouça seu corpo e seja gentil com ele. Fique atento aos sinais que ele emite, pois, frequentemente, ele aponta suas necessidades por meio de dores, desconfortos, fadigas, insônia e outros.
- Momentos de pausa e descanso (inclusive mentais) são muito importantes. Passatempos e atividades leves, bem como a redução de telas ajudam a te desconectar e aliviar as tensões.
- Tenha, na alimentação e na hidratação, duas grandes aliadas ao seu autocuidado físico e mental. Ambas são capazes não só de reavivar sua imunidade, como nutrir e amparar a dinâmica dos seus processos mentais.
- Movimente seu corpo, com exercícios leves ou vigorosos, com danças ou brincadeiras. Muita tensão é acumulada ao longo do dia em diferentes partes do seu corpo. Essa tensão pode ser liberada por meio do movimento e indica ao seu aparelho psíquico uma maneira eficaz de lidar com o estresse.
- Atividades como ioga e meditação são poderosos no fortalecimento da imunidade, além de auxiliar profundamente a saúde física e mental.
- O lazer e o descanso são prioridades para o autocuidado. Não subestime o autocuidado nem se negligencie.

- Fique atento ao uso abusivo de remédio, álcool e outras substâncias.
- Não se exija demais, o cenário é de pressão e isolamento, estar saudável e trabalhando é uma grande conquista.
- Acolha suas limitações e seja compreensivo com as limitações do outro.
- Como você tem cuidado de você? Você se acolhe da mesma maneira que acolhe um amigo passando por dificuldades?

Para diferentes resultados, tente atividades diferentes

- Varie suas ocupações. Fazer a mesma coisa nos leva sempre aos mesmos resultados.
- Alterne entre períodos de produtividade e descanso. O corpo em constante alerta serve de gatilho para substâncias estressoras. Permita-se a pausa.
- Rotina é muito importante, mas estabeleça uma flexível. Estar preso a uma rotina muito rígida pode ser tão prejudicial quanto estar constantemente focado na pandemia, pois se não for possível cumpri-la, isso gerará muita frustração e ansiedade.
- Experimente atividades diferentes das habituais. Além de variar as opções que você já conhece, é possível criar novas opções. Essa atitude amplia suas rotas de pensamento, favorece sua criatividade, libera sensação de realização e conforto e previne muitas doenças.

Sobre contato e construção de rede afetiva

- O distanciamento é apenas físico. Mantenha-se em contato. Fale com pessoas significativas, que são importantes para você por meio de meios alternativos como telefone, mensagens, plataformas digitais.

- O apoio emocional compartilhado protege a todos de vários efeitos da pandemia, principalmente, se você está isolado, sozinho.
- Conecte-se com pessoas, mensagens e conversas pelo telefone, que proporcionem trocas afetivas, ao invés de passar horas nas redes sociais. O acompanhamento intenso dessas redes pode dar uma falsa sensação de contato.
- Escolha suas conexões e desconexões. Conectar-se com todos é impossível e nem sempre benéfico. Escolha aquelas que propiciem trocas afetivas e positivas e evite aquelas que trazem mais conflitos do que apoio.
- Tenha com quem conversar sobre os sentimentos relativos à pandemia, seus medos e apreensões. Muitas vezes, compartilhar das mesmas preocupações com alguém de confiança traz alívio, reduz a ansiedade e gera caminhos possíveis.
- Converse também sobre outros assuntos. O hiperfoco na pandemia deixa de lado muitos outros assuntos importantes para nós. Exercitar o foco em outros temas diminui a exposição contínua ao estresse.

Referências

- Conselho Regional de Psicologia do Distrito Federal (CRP/DF)
- Conselho Federal de Psicologia (CFP)
- Perfil Instagram: @psifeliperosa
- Fiocruz. Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia do COVID-19.

5. SUGESTÕES DE MATERIAIS/ RECURSOS PARA ATIVIDADES COM PROFESSORES E ESTUDANTES

Essas sugestões podem ser utilizadas para disparar e/ou enriquecer momentos de discussão, reflexão e conscientização sobre diferentes temáticas importantes na retomada do processo ensino-aprendizagem, levando em consideração o atual contexto social e novo ambiente escolar.

MATERIAIS PRODUZIDOS PELA SEEDF

- ◇ Teleaulas: canais abertos 53.1 e 53.2, da TV Justiça, (exceto às quintas-feiras), 30.1, da Rede Gênese, e 11.1, da TV União. Programação do sítio da SEEDF.
- ◇ Canal EducaDF no *Youtube*: <https://www.youtube.com/channel/UCbtXh3i-jkI6vi-5nkzqukw>
- ◇ Canal Escola em Casa DF: <https://www.youtube.com/channel/UC65bRSoQE8mV-Ac6xabjbHw>
- ◇ Aprendendo a estudar: <https://www.youtube.com/playlist?list=PLkq4Zm4uOp4nlpq81EMvzraeUVuWluF4G>
- ◇ SUGEP: Cartilha: Orientações para acolhimento de servidores na volta ao trabalho em tempos de pandemia da COVID-19
- ◇ SUGEP: Cartilha: Orientações de cuidado e autocuidado com a saúde física e mental em tempos de pandemia da COVID-19
- ◇ Canal da Orientação Educacional no YouTube: https://www.youtube.com/channel/UCGI-sXeP_HoQDruW81sa2vw

OUTROS MATERIAIS

• Tema: Inteligências Múltiplas

- ◇ Objetivo: Utilizar esse novo cenário da educação/sociedade/vida para ampliarmos o olhar no que se refere à inteligência, muitas vezes focada em conteúdo. Essa pode ser a oportunidade de descobrirmos/aprendermos novas habilidades.
- ◇ Material escrito: Atividades para o desenvolvimento da inteligência emocional nas crianças (GROP, 2016)
- ◇ Animação: Chico Bento e as Inteligências Múltiplas (<https://www.youtube.com/watch?v=seODTopCJI0>)
- ◇ Animação: Miguel (http://www.pmf.sc.gov.br/arquivos/arquivos/pdf/10_02_2012_16.07.19.c339c6b02ad7a9f90ab7935de6f829b.pdf)

• Tema: Medos

- ◇ Objetivo: Explicitar os possíveis medos com o retorno das atividades escolares, reconhecendo que o medo prepara o sujeito para lidar com situações desafiadoras.
- ◇ Animação: Medos (https://www.youtube.com/watch?v=k2_5vrGs_L4)

Literatura:

- ◇ Quem tem medo de quê? - Ruth Rocha
- ◇ A princesinha medrosa - de Odilon Moraes
- ◇ O Medo que mora embaixo da cama - de Marisa Tavares
- ◇ Dentro do escuro mora um segredo - Alessandra Roscoe

• Tema: Organização de atividades

- ◇ Objetivo: Refletir sobre rotinas e pausas nas atividades escolares e profissionais. Necessidade de avaliar nossa “produtividade” e os objetivos das ações pedagógicas desenvolvidas na escola.

- ◇ Animação: *Alike* (<https://www.youtube.com/watch?v=K4Foovf-db-E>)

Literatura:

- ◇ Se você quiser ver uma baleia - Julie Fogliano, Erin E Stead

• Tema: Dinâmica Escolar

- ◇ Objetivo: Repensar a dinâmica escolar e como cada ator educacional pode colaborar para minimizar o impacto do retorno às atividades regulares, percebendo a importância das ações coletivas e individuais.

- ◇ Animação: *Lighthouse* ([Lighthouse](#))

Literatura:

- ◇ Pedro vira porco espinho - Janaina Tokitaka

• Tema: Empatia

- ◇ Objetivo: Perceber que nossas ações e comportamentos estão conectados no cotidiano escolar, reconhecendo a necessidade de desenvolver a empatia, o cuidado de si e do outro, união, solidariedade.

- ◇ Animação: Good Vibrations (https://www.youtube.com/watch?v=gluy_Txlooc)

- ◇ Animação: Menino empurrando árvore (<https://www.youtube.com/watch?v=cinlaODneJo>)

- ◇ Animação: <https://www.youtube.com/watch?v=Rr2uKa7dMgY>

- ◇ TDEX: <https://www.youtube.com/watch?v=M8sQwMZiBfM&t=14s>

- ◇ Animação (acima de 12 anos): <https://www.youtube.com/watch?v=Ay846oJ8tfY>

Literatura:

- ◇ Ernesto - Blandina Franco
- ◇ Olavo - Odilon Moraes
- ◇ Mamãe zangada - Jutta Bauer
- ◇ Na Beiradinha - Agnès de Lestrade e Valeria Docampo

• Tema: Meditação

- ◇ Objetivo: Discutir a importância de reconhecer as próprias emoções diante das diversas situações do cotidiano. Sugere a meditação como uma forma de lidar com as emoções.
- ◇ Animação: Meditar Divertidamente (<https://www.youtube.com/watch?v=-YP81UR8aC!>)
- ◇ Vídeos: <https://youtu.be/XV7mR09UMGE>
- ◇ <https://www.youtube.com/watch?v=tmNKMqBUBZM>
- ◇ <https://www.youtube.com/watch?v=e7qREGBxDcY>
- ◇ Instagram: @meditativos

Literatura:

- ◇ Quietinho feito um sapo - Eline Snel

• Tema: Músicas: MPP - músicas para pensar

- ◇ (<https://open.spotify.com/playlist/3aFL8ep9evvB-saepXyHiMd>)

• Tema: Educação Infantil e Anos Iniciais

- ◇ Atividades *Online* Ed. Infantil: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeSfUe02C1wCCG-XOiod5lDtQaoGVVIYx-F374xMviEAMTkNg/viewform?usp=sf_link

- ◇ Canal Paulo Fochi no *Youtube*: um canal para professores da Educação Infantil: https://www.youtube.com/channel/UCDqV-9ceBL2Momdsrl_YP4Tg
- ◇ Sítio Aprendizagem Criativa: <https://aprendizagemcriativaemcasa.org/>
- ◇ <http://primeirainfancia.org.br/quem-esta-na-escuta-dialogos-reflexoes-e-trocas-de-especialistas-que-dao-vez-e-voz-as-criancas-2/>
- ◇ Fundação Volkswagen: <https://fundacaogrupovw.org.br/projeto-brincar-amplia-oferta-de-materiais-disponiveis-para-download-gratuito/>
- ◇ Festival de leitura: www.uniduniler.com.br

• Tema: Luto e Saudade

Literatura:

- ◇ Roupas de Brincar - Eliandro Rocha, Elma Fonseca
- ◇ Ficar triste não é ruim - Michaelene Mundy
- ◇ O que acontece quando alguém morre? - Michaelene Mundy
- ◇ Menina Nina, duas razões para não chorar - Ziraldo
- ◇ Cadê meu avô? - Lídia Izcson de Carvalho
- ◇ Os amigos do Balacobaco - Silvia Camossa
- ◇ O coração e a garrafa - Oliver Jeffers
- ◇ *Something happened* - Cathy Blandford (inglês)
- ◇ Vó Nana - Margaret Wild e Ron Brooks
- ◇ Para onde vamos quando desaparecemos? - Isabel Minhós Martins, Madalena Matoso
- ◇ Harvey, como me tornei invisível (crianças maiores, 9 anos) - Luciano Vieira Machado

- ◇ Sete minutos depois da meia noite - Patrick Ness (crianças maiores)
- ◇ A preciosa pergunta da pata - Berg, Leen Van Den, Ingelbeen, Ann
- ◇ Eu me pergunto... - Jostein Gaarder
- ◇ A parte que falta - Shel Silverstein

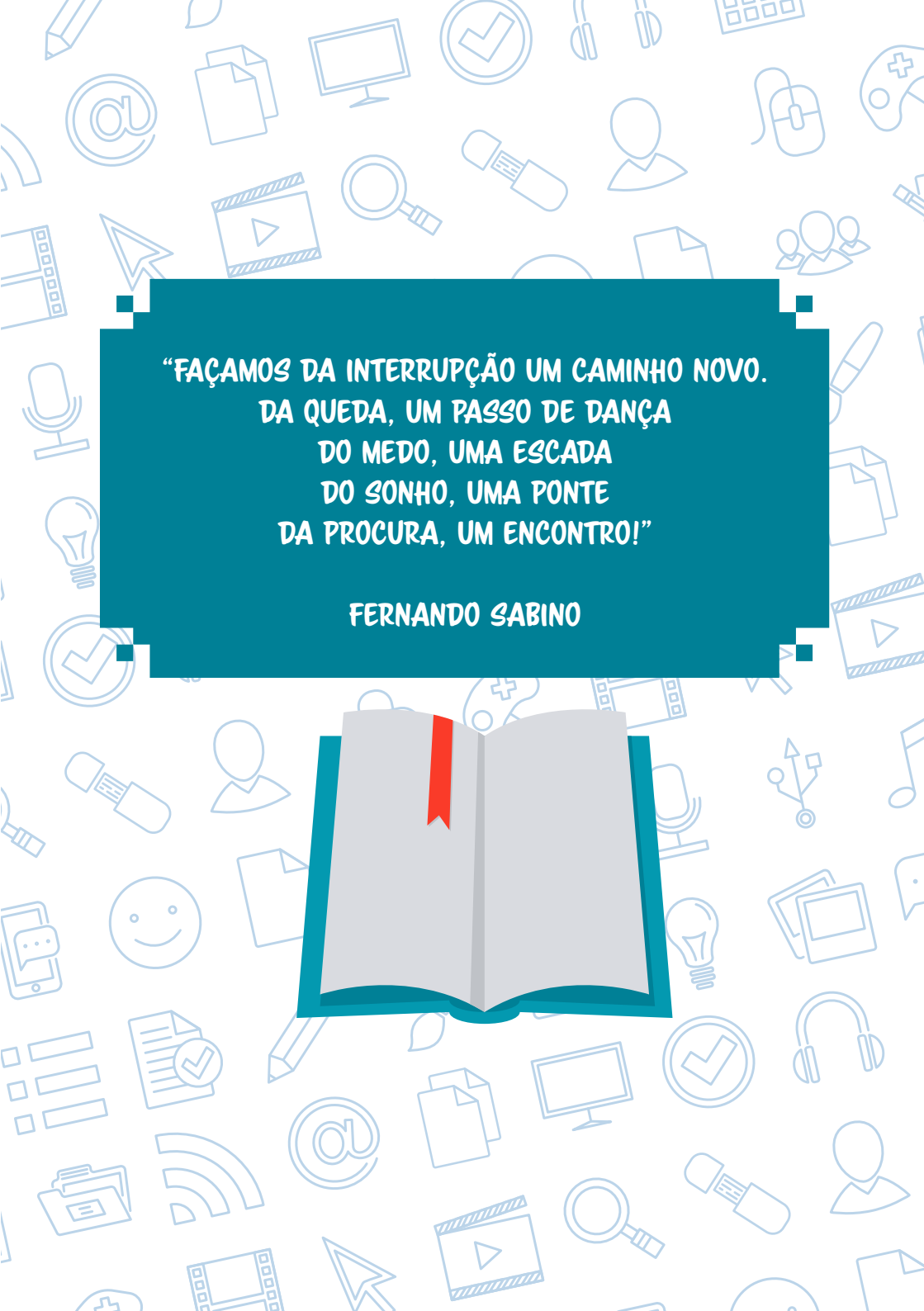
• Tema: Abuso Sexual

- ◇ Vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XyBZl07l_Jo
- ◇ Literatura: Leila - Tino Freitas; Segredo Segredíssimo - Odívia Barros; Não me toca, seu boboca - Andrea Vivian Taubman

• Tema: Ludicidade

Os jogos sugeridos servem de inspiração para incrementar as dinâmicas de acolhimento e deve-se analisar sobre a possibilidade de utilizá-los de maneira não presencial.

- ◇ Jogos para serem jogados com toda a família: Uno (Mattel); *Lince cardgame* (GROW); *Dobble* (Galápagos); *Fantasma Blitz* (Devir); *Pense Rápido* (Algazarra); *Soletrando* (GROW)
- ◇ Jogos que estimulam o desenvolvimento de habilidades sociais, competências interpessoais, comunicação e expressão dos sentimentos: *GROK* (Colibri); *Será que conheço você?* (Terapia criativa); *Cartas na mesa* – para falar brincando e jogar verdades (*Imaginarium*); *Pontos Fracos* (Terapia criativa); *Dixit* (Galápagos); *Túnel do Tempo* (VetorEditora)
- ◇ Jogos e brincadeiras para trabalhar com produção textual oral e escrita, consciência fonológica: Método "Combinações forçadas" (*Prática da Criatividade*, Fustier & Fustier); *Era uma vez* (Matrix); *Jogo das Tiritinhas Turma da Mônica* (Copag) - www.wordwall.net



**“FAÇAMOS DA INTERRUÇÃO UM CAMINHO NOVO.
DA QUEDA, UM PASSO DE DANÇA
DO MEDO, UMA ESCADA
DO SONHO, UMA PONTE
DA PROCURA, UM ENCONTRO!”**

FERNANDO SABINO





Secretaria
de Educação

