



GUIA DE ROTINA ESCOLAR

5. CHECKLIST PARA COMEÇAR ESSA SEMANA.

- ☐ Escolher, com a criança, um horário fixo diário para o momento de revisão.
- ☐ Criar um checklist visual da mochila, adequado à idade.
- ☐ Definir um cantinho fixo para o uniforme do dia seguinte.
- ☐ Trocar a expressão "estudar para a prova" por "rever o que aprendi hoje".
- ☐ Garantir um intervalo de transição entre a escola e a lição de casa.
- ☐ Reservar, uma vez por semana, um momento tranquilo para revisar os cadernos juntos.
- ☐ Modelar em casa: mostrar um momento seu de leitura ou concentração, no mesmo horário.

