Lista de verificação para os responsáveis com dicas   
para os deveres de casa

Use esta lista de verificação para ajudar seus filhos a fazer os deveres de casa de forma fácil e sem estresse.

Lista de verificação para os responsáveis com dicas para os deveres de casa

# Prepare o ambiente

Escolha um local para estudo silencioso, bem iluminado e reservado. Não deve ser muito quente nem muito frio.

Reduza as chances de interrupção e distrações.

Ponha uma música de estudo adequada e baixinha para tocar no fundo ou deixe seu filho escutar em um dispositivo com fones de ouvido.

Acenda um incenso ou velas aromáticas. Alecrim ajuda a memória e a concentração, a lavanda traz tranquilidade.

Forneça materiais adequados, como papel, canetas e dicionário.

Ofereça água ou bebidas sem açúcar e lanches saudáveis. Estudar dá trabalho!

# Controle a duração do dever de casa

Estabeleça uma rotina para ajudar a estabelecer bons hábitos de estudo.

Elabore e discuta as regras de duração do dever de casa com seus filhos. Imprima esta lista, fixe-a na área de estudos e consulte-a sempre que necessário. As regras podem incluir:

* Horário diário do dever de casa: das 19h às 20h30
* Trabalhe em silêncio e dê o máximo de si.
* Diga não às distrações.
* Faça uma pausa de 5 minutos a cada 25 minutos. Levante-se, respire profundamente, alongue-se, descanse os olhos e beba um pouco de água.
* Dedique mais tempo aos deveres de casa mais difíceis que ao fáceis.
* Termine a tarefa por inteiro.
* Peça ajuda se a tarefa estiver muito difícil.
* Leia um livro ou ouça um áudio-livro caso finalize antes da hora de término.

Fique presente para supervisionar e estar disponível para ajudar com o dever de casa.

Ajude a criar uma atmosfera de estudo. Organize documentos, estude ou leia durante o momento do dever de casa.

# Orientações e boas práticas

Não faça o dever de casa de seus filhos por eles.

Se eles pedirem ajuda, oriente e seja paciente.

Peça comentários após cada sessão de dever de casa.

Discuta e elogie o bom trabalho. Identifique e mencione os esforços especiais.

Mostre interesse no que eles estão fazendo.

Compartilhe e debata sobre livros, artigos, programas de televisão ou palestras TED relevantes para o trabalho deles.

Leia os comentários e anotações dos professores sobre os deveres.

Mantenha contato com os professores e saiba quais são as metas de estudo de seus filhos.

Se houver problemas que você não consiga resolver, entre em contato com o professor.

Não deixe de avisar aos professores se houver grandes mudanças ou problemas em casa, como um divórcio, doença, morte ou acidente.

Pesquise e adquira programas de estudo desenvolvidos para ajudar seus filhos, se necessário.

Considere indicar um tutor se os trabalhos escolares estiverem muito difíceis para você gerenciar.