

COLÉGIO DE APLICAÇÃO DA UFPE



GABRIELLA

Orientações gerais para estudantes, familiares, estagiários/as e pesquisadores/as para a retomada das atividades presenciais

Catálogo na fonte
Sistema Integrado de Bibliotecas da UFPE.
Biblioteca Setorial do CAp
Bibliotecária Adelma Ferreira de Araújo, CRB-4/1749

C327 Cartilha CAp 2022: orientações gerais para estudantes, familiares, estagiários/as e pesquisadores/as para a retomada das atividades presenciais. / organizador Danilo de Carvalho Leandro. – Recife : Colégio de Aplicação da UFPE, 2022.
35p.: il., color.

1. Métodos de ensino, instrução e estudo. 2. Ensino presencial.
3. Protocolo de convivência - COVID-19. I. Leandro, Danilo de Carvalho.
II. Título.

371.3 CDD(23.ed.)

BIBCAp/UFPE-2022

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE
PERNAMBUCO**

Reitor

Alfredo Macêdo Gomes

Vice-Reitor

Moacyr Cunha de Araújo Filho

COLÉGIO DE APLICAÇÃO

Diretor

Erinaldo Ferreira do Carmo

Vice-Diretor

Danilo de Carvalho Leandro

Coordenadora de Ensino Fundamental

Fernanda da Silva Araújo Mélo

Coordenadora de Ensino Médio

Isis Tavares da Silva Lovera

**Serviço de Acolhimento e Acompanhamento
do/a Discente**

Christiana Salsa Cavalcanti de Albuquerque

Enídia Cristine Araújo Cordeiro

Fernanda Maria da Silva Gomes

Gabriela Ferreira de Arruda Carmo

Harumi Matsumiya Alves Arruda

**Serviço de Inclusão, Acessibilidade e
Permanência**

Carolina Cavalcante Lins Silva

Cintya Roberta Oliveira dos Santos

Núcleo de Estágio e Formação Docente

Aldenize Ferreira de Lima

Camila Menezes Ladislau da Silva

Gustavo José Silva de Lira

Rafaela Ribeiro de Lima

**Unidade de Apoio ao Ensino, Pesquisa e
Extensão**

Gildete Rodrigues dos Santos

Biblioteca

Adelma Ferreira de Araújo

Organização da cartilha

Danilo de Carvalho Leandro

Redação

Vice-Diretoria, Coordenações de Ensino, Biblioteca, Serviço de Acolhimento e Acompanhamento ao Discente, Serviço de Inclusão, Acessibilidade e Permanência, Núcleo de Estágio e Formação Docente, Unidade de Apoio ao Ensino, Pesquisa e Extensão.

Fotos

Danilo Carvalho (capa, págs. 4, 6, 29B, 30, 32); Erinaldo do Carmo (pág. 31); Memorial Paulo Freire (pág. 5); Rafaela Ribeiro de Lima (pág. 29A).

Elementos gráficos

www.canva.com.br

Revisão

Marize Viana Pereira da Luz

Peron Pereira Santos Machado Rios

Projeto gráfico e editoração

Danilo de Carvalho Leandro



Av. da Arquitetura, s/n
Cidade Universitária
Recife - PE - 50740-550
(81) 2126-8332



www.ufpe.br/cap



@capufpeoficial

SEJA BEM-VINDO SEJA BEM-VINDA

Depois de longos meses de ensino remoto, enfim é chegado o momento do reencontro, do olho no olho e de viver novamente a presencialidade diária dentro do território escolar. É momento de ser, sentir, viver, fazer, construir, reconstruir e atribuir ainda mais sentido ao nosso Colégio, espaço privilegiado para encontros e partilhas.

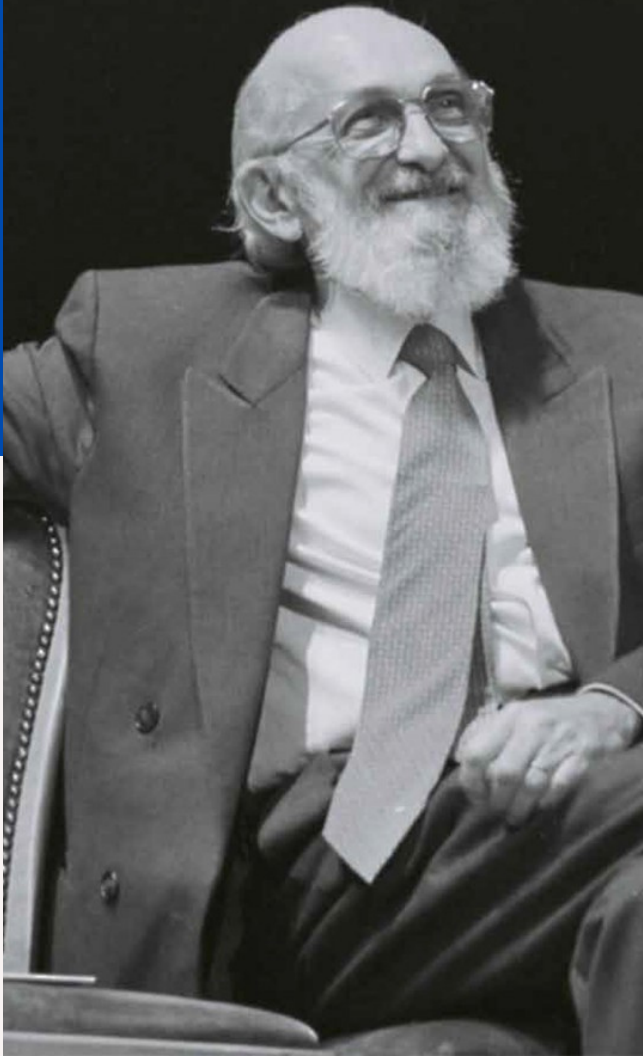
Olhamos para trás e vemos o quanto fomos desafiados a estudar, aprender e ensinar de modo diferente. Depois de muitos ajustes, conseguimos atravessar esse complexo caminho e olhar para a frente, com esperança e energia para dar continuidade à caminhada com novos enfrentamentos e avanços.



Desejamos momentos de muito afeto, preciosos encontros, múltiplas aprendizagens, autocuidado e cuidado coletivo nesse retorno. Que possamos reforçar o respeito ao próximo com atitudes empáticas, cordiais, afetuosas, solidárias e inclusivas.

Juntos e juntas chegamos até aqui.
Juntos e juntas, seguiremos a caminhada!

EQUIPE DA GESTÃO



"É preciso ter esperança, mas ter esperança do verbo esperar; porque tem gente que tem esperança do verbo esperar.

E esperança do verbo esperar não é esperança, é espera.

Esperançar é se levantar, esperançar é ir atrás, esperançar é construir, esperançar é não desistir! Esperançar é levar adiante, esperançar é juntar-se com outros para fazer de outro modo..."

Paulo Freire

- 07** Situação epidemiológica no estado de Pernambuco: COVID-19 e gripe

- 08** COVID-19 em números

- 09** Passaporte vacinal na UFPE

- 10** Estou com sintomas sugestivos de COVID-19. E agora?

- 12** Como nos protegermos nos corredores e durante as aulas?

- 15** Como nos protegermos e manter a hidratação adequada?

- 16** Como nos protegermos durante o lanche e o almoço?

- 17** Como nos protegermos durante o uso dos banheiros e vestiários?

- 18** Chegou a hora da readaptação ao ambiente escolar presencial, mas por onde recomeçar?

- 22** Vamos falar de convivência no espaço escolar?

- 23** O que preciso lembrar sobre as melhores atitudes em sala de aula?

- 24** Orientações às/aos responsáveis

- 27** Ambientes virtuais

- 28** Serviço de Inclusão, Acessibilidade e Permanência

- 29** Núcleo de Estágio e Formação Docente

- 31** Unidade de Apoio ao Ensino, Pesquisa e Extensão

- 32** Já que não pode aglomerar, que tal um livro?

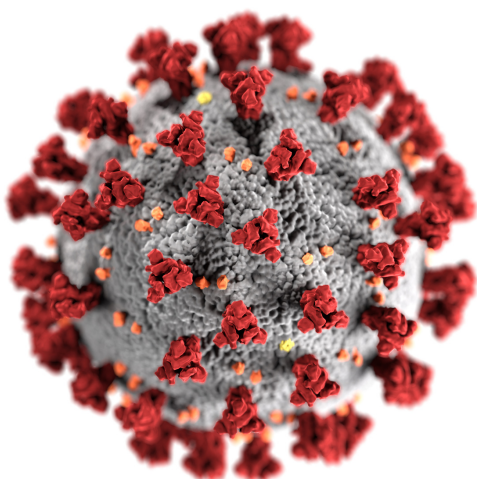
- 33** Contatos úteis

- 34** Referências

SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA DO ESTADO DE PERNAMBUCO: COVID-19 E GRIPE

De acordo com o Boletim Epidemiológico n. 680, publicado pela Secretaria Estadual de Saúde (SES-PE), o estado registrou, em 11/01/22, 811 casos da Covid-19. Entre os confirmados, 20 (2,5%) são casos de Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) e 791 (97,5%) são leves. Com esses dados, Pernambuco totaliza 650.270 casos confirmados da doença, sendo 55.470 graves e 594.800 leves, que estão distribuídos por todos os 184 municípios pernambucanos, além do arquipélago de Fernando de Noronha.

Também foram confirmados laboratorialmente oito óbitos, ocorridos entre os dias 01/11/2020 e 08/01/2022, em pessoas residentes nos municípios de Jaboatão dos Guararapes (1), Paulista (2), Petrolina (1) e Recife (4). Com isso, o estado totaliza 20.519 mortes pela Covid-19.



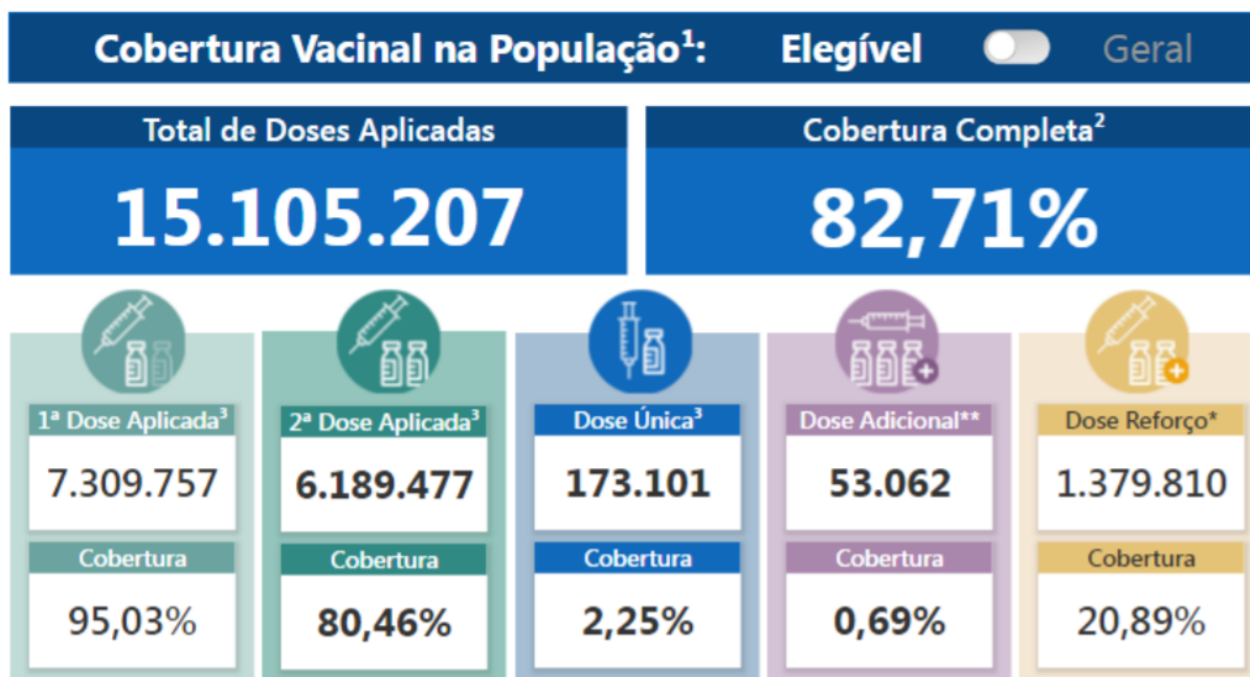
Apenas na primeira semana epidemiológica de 2022, foram notificados 1.419 casos de Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG), significando um crescimento de 50% em uma semana e de 138% em 15 dias. Esse aumento nos adoecimentos impactou diretamente nas solicitações por leitos de UTI, totalizando 805 pedidos nesta primeira semana epidemiológica, representando um aumento de apenas 2% em uma semana, mas de 82% em 15 dias.

Além da pandemia da COVID-19, o estado enfrenta uma forte epidemia da influenza e desde então foram registrados 8.337 casos de influenza A em Pernambuco, com 65 óbitos. Dos 8.337 casos, 8.245 são de influenza A (H3N2) e 92, influenza A não subtipada. Do total de registros, até o momento, 799 (9,6%) apresentaram Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG), sendo 790 do subtipo H3N2 e 9 casos não subtipados.

Os indicadores epidemiológicos sobre as doenças respiratórias em Pernambuco continuam em aceleração e requerem, de todas e todos, muita atenção e cuidado. É momento de nos unirmos em ações individuais e coletivas de proteção, redobrando o cuidado com o uso de máscaras e vacinação contra a COVID-19 e a gripe.

Fonte: Boletim N° 680 - SES-PE

COVID-19 EM NÚMEROS



LINK DO PAINEL VACINAL: [HTTPS://BIT.LY/3XTE00H](https://bit.ly/3XTE00H)

Fonte: Boletim N° 680 - SES-PE

PASSAPORTE VACINAL NA UFPE

O Conselho Universitário da Universidade Federal de Pernambuco aprovou em reunião deliberativa, a Resolução 01/2022 que regulamenta a **OBRIGATORIEDADE DA APRESENTAÇÃO DO COMPROVANTE DE VACINAÇÃO CONTRA A COVID-19** para acesso às dependências da UFPE.

O Art. 1º da referida Resolução torna obrigatória a apresentação da comprovação de vacinação completa (esquema vacinal completo) contra a COVID-19, para o acesso a todas as dependências físicas da Universidade Federal de Pernambuco.

A obrigatoriedade é válida para servidores/as públicos/as em sentido amplo, trabalhadores/as terceirizados/as e prestadores/as de serviços, estagiários/as, estudantes, visitantes e público em geral.

Os/as estudantes do Colégio de Aplicação e crianças visitantes que pertençam ao grupo elegível para imunização contra a COVID-19 devem apresentar documentação comprobatória de acordo com o Programa de Vacinação do estado de Pernambuco, correspondente às medidas adotadas pelas secretarias de saúde de seu domicílio.

COMPROVAÇÃO: Deverá ser feita através da apresentação e entrega da cópia da carteira de vacinação digital ou impressa, disponível na plataforma do Sistema Único de Saúde - ConecteSUS ou em aplicativos oficiais das autoridades sanitárias locais. A documentação referida poderá ser solicitada a qualquer tempo pelos/as gestores/as ou pessoas autorizadas das unidades administrativas e acadêmicas, sem prejuízo de outros procedimentos a partir de informações prestadas.

CONTRAINDICAÇÃO: Os casos de contraindicação médica da administração da vacina contra a COVID-19 serão acolhidos mediante apresentação de atestado ou declaração, assinada por profissional com registro válido e ativo no Conselho Regional de Medicina, justificando a contraindicação devidamente expressa. Esse documento deverá ser apresentado ao Núcleo de Atenção à Saúde do Estudante, órgão competente para apreciar a validade e aceitação da justificativa de contraindicações para o uso da vacina.

SANÇÕES: os grupos citados nesta Resolução que não comprovarem o recebimento da primeira dose da vacinação contra a COVID-19, a imunização completa ou contraindicação médica para vacinação, serão impedidos de acessar os seus locais de trabalho e/ou de desenvolver atividades presenciais obrigatórias administrativas, de ensino, pesquisa ou extensão, sendo atribuída falta injustificada, até a efetiva regularização da situação vacinal.



ESTOU COM SINTOMAS SUGESTIVOS DE COVID-19. E AGORA?



FIQUE EM CASA E NOS INFORME

Se você está com sintomas compatíveis com as infecções por coronavírus ou influenza, fique em casa. Seja consciente e não insista em vir para a escola, mesmo que os sintomas sejam leves. Faça, obrigatoriamente, a comunicação de ausência através do site do Colégio.



FAÇA A TESTAGEM PARA A COVID-19

É muito importante fazer a testagem para a COVID-19. Faça o teste depois de 3 a 4 dias do aparecimento dos primeiros sintomas, no Centro de Testagem mais próximo de sua casa. A UFPE está realizando a testagem para estudantes e servidores, através de agendamento pelo link :

https://docs.google.com/forms/d/10peOHwTEeRolPSNm49COS_XHfhIq-Nbh_eWWZxi1sZk/edit?usp=sharing



RESPEITE O PERÍODO DE ISOLAMENTO

Testou positivo para COVID-19? Em caso de positivo e com sintomas, fique em isolamento por 10 dias, acrescidos de mais 1 dia em que não apresente qualquer sintoma. Em caso de teste positivo, mas sem sintomas, fique em casa por 7 dias. Agora, se você testar negativo e ainda assim apresentar sintomas, fique em casa por 7 dias, acrescidos de mais 1 dia sem sintomas. Se o teste for negativo e sem sintomas, retome sua rotina presencialmente na escola.

SINTOMAS

Febre, dores de cabeça, dor de garganta, tosse, coriza, congestão nasal, perda de olfato e paladar, falta de ar, fadiga, cansaço, diarreia.

ESTOU COM SINTOMAS SUGESTIVOS DE COVID-19. E AGORA?



TEVE CONTATO COM ALGUÉM QUE TESTOU POSITIVO?

Fique isolado, nos informe e faça a testagem após 3 a 4 dias do contato. Redobre a atenção com o seu corpo e observe o aparecimento de eventuais sintomas sugestivos de infecção.



ATENDE EM CASA

Baixe o aplicativo "Atende em Casa - Módulo Escolar" no seu celular (www.atendeemcasa.pe.gov.br) e busque atendimento, caso esteja com sintomas. Nesse atendimento você será orientado sobre como proceder com os cuidados, inclusive sobre a necessidade de procurar um serviço de saúde. Serão agendados o teste do caso suspeito e o de seus contatos domiciliares, se necessários.



TESTAGEM DOS ASSINTOMÁTICOS

Caso algum colega da turma tenha testado positivo para a COVID-19, todos/as os/as estudantes deverão fazer a testagem, mesmo que assintomáticos/as. Os/as estudantes que testarem negativo devem retornar às aulas presenciais normalmente. Aqueles/as assintomáticos/as que não conseguirem fazer o exame devem permanecer em isolamento por 7 dias.

PROTOCOLOS DE CONVIVÊNCIA

O Colégio seguirá sempre os protocolos de convivência do estado e o da Universidade (GT-COVID/UFPE), que podem sofrer ajustes à medida que o quadro epidemiológico se altere. Fique atento/a às possíveis mudanças!

COMO NOS PROTEGEREMOS NOS CORREDORES E DURANTE AS AULAS?

USO OBRIGATÓRIO DE MÁSCARAS



Você já deve ter ouvido falar muito da importância do uso de máscara durante a pandemia da COVID-19, mas é sempre bom lembrar! Além da vacinação, as máscaras de proteção individual são nossas poderosas aliadas para evitar a contaminação. Lembre-se de usá-las adequadamente, cobrindo sempre o nariz e a boca.

Troque sua máscara quando julgar necessário e ande com uma ou duas unidades limpas de reserva na mochila, ok? Ah, não se esqueça de descartá-la no local correto, caso opte por usar máscaras descartáveis. Se você estiver utilizando máscara de tecido, tenha sempre um saco para as máscaras limpas e outro para as máscaras já utilizadas. Essa organização é muito importante.



LAVAGEM ADEQUADA DAS MÃOS

Água e o sabão são remédios poderosos para muitas infecções e não seria diferente para o coronavírus! Ao lavar as mãos, utilize uma quantidade suficiente de sabão, esfregue bem os dedos, a palma das mãos e o pulso. Retire bem a espuma formada e enxague em água corrente. Depois disso, seque suas mãos e pronto!



USO DE ÁLCOOL A 70%

Não importa se o álcool é líquido ou em gel, o importante é usar o álcool a 70% sempre! Ande sempre com o seu recipiente de álcool a 70% no bolso e use e abuse da desinfecção das mãos. Lembre-se que a desinfecção das mãos em alguns momentos é fundamental, como após o uso do sanitário, antes e após as refeições e sempre que cumprimentar alguém que você estava com muita saudade!

COMO NOS PROTEGEREMOS NOS CORREDORES E DURANTE AS AULAS?



NÃO COMPARTILHAR OBJETOS PESSOAIS

Sabe aquela borracha, caneta ou tesoura que antes podíamos emprestar sem problemas? Pois é... agora, infelizmente, não é mais seguro. Não compartilhe seus objetos pessoais com as/os colegas da turma, pois eles podem ser poderosos instrumentos de contaminação. É só se organizar direitinho e levar em sua mochila tudo o que precisar. Organização nesse momento de atividades presenciais é fundamental.



EVITAR AGLOMERAÇÕES

Imaginamos o quanto todos/as estão com vontade de ficar juntinhos/as, porém, ainda não é seguro. É importante que evitemos as aglomerações para que possamos continuar em atividades presenciais. Mesmo utilizando máscaras, não é legal ficar aglomerados/as. Mantenha uma distância razoável dos/das seus/suas colegas e evite aquele cochicho ao pé do ouvido, tá?

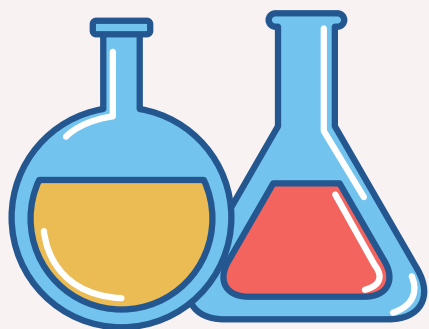
Ao chegar na escola, siga diretamente para a sala de aula, evitando assim aglomerações na entrada. Na saída, não aglomere na frente da escola também, ok?



NÃO LANCHAR EM SALA DE AULA

Se antes da pandemia já não era permitido, agora muito menos, né? Nada de lanchar em sala de aula. Os lanches deverão ser feitos exclusivamente no Recreio Coberto, no horário do intervalo, seguindo as instruções para esse momento.

COMO NOS PROTEGEREMOS NOS CORREDORES E DURANTE AS AULAS?



ATENÇÃO AO USAR OBJETOS COLETIVOS

Em diversas aulas utilizaremos objetivos coletivos, como vidrarias, microscópios, bolas, adereços, figurino, computadores, dentre outros. Pedimos muita atenção ao usar esses objetos e, seguindo as orientações do/a professor/a, sempre faça a higienização do objeto com o álcool a 70% disponível.



COMPARTILHAMENTO DE LIVROS

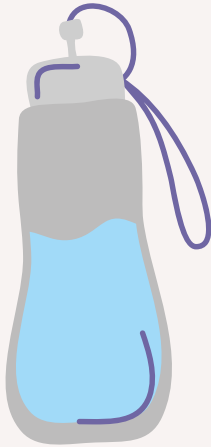
Sabemos que, vez ou outra, tanto o livro didático quanto aquele livro paradidático que você leu para socializar a história com a turma acabam ficando em casa. Porém, nada de pegar emprestado com a/o colega, seja da sua turma ou de outra turma, certo? Vamos nos cuidar e evitar compartilhar os livros também.



ATENÇÃO SEMPRE

É fato que o nosso corpo está cansado de ficar sentado. Nosso padrão de movimento mudou muito nesses dois anos de ensino remoto e é natural que fiquemos mais agitados. Orientamos que fique muito atentos/as às recomendações do/da professor/a, que certamente explicará qual a dinâmica a ser adotada na aula e, dessa forma, mantendo dessa forma, a segurança adequada para evitar o contágio. Atenção redobrada!

COMO NOS PROTEGERMOS E MANTERMOS A HIDRATAÇÃO ADEQUADA?



USAR GARRAFA COM ÁGUA INDIVIDUAL

Não precisamos nem dizer o quanto é importante beber água com regularidade, né? Se ligue na hidratação constante e ande sempre com sua garrafa com água para uso exclusivamente individual e nada de compartilhar a garrafa com colegas. Dê preferência a modelos que sejam fáceis de higienizar e que tenham proteção no local em que você colocará a boca.



NÃO TOMAR ÁGUA DIRETO NO BEBEDOURO

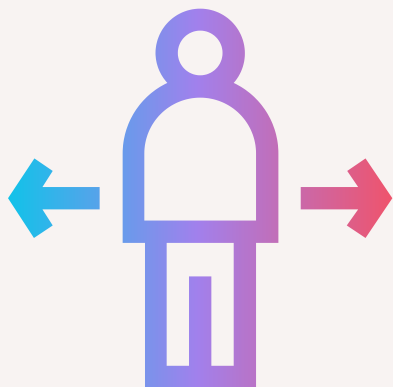
Está permanentemente proibido beber água com a boca diretamente no bebedouro. As torneiras são exclusivamente para encher a garrafa com água ou o copo retornável. O bebedouro pode se tornar uma terrível fonte de contaminação coletiva e caberá a todos e todos utilizá-lo adequadamente para nos mantermos saudáveis.



BEBA ÁGUA DURANTE AS AULAS COM ATENÇÃO

É natural que durante as aulas você sinta sede e é fundamental que você se hidrate. Moramos em uma cidade quente e beber água com regularidade é uma atitude necessária. Preste sempre muita atenção ao beber água: retire sua máscara com cuidado, beba a água e recoloque a máscara imediatamente. Nada de conversa durante esse momento, para não correr nenhum risco, certo?

COMO NOS PROTEGEREMOS DURANTE O LANCHE E O ALMOÇO?



MANTER O DISTANCIAMENTO NA FILA

É muito importante manter a distância de pelo menos 1 metro (ou um passo largo) do seu colega, quando estiver na fila para o lanche e/ou almoço. Não aglomere e tenha muita atenção na hora de se servir! Deixe o celular na mochila ou no bolso, higienize suas mãos com álcool 70%, calce as luvas descartáveis (quando necessário) e redobre a atenção.



RETIRAR A MÁSCARA APENAS PARA SE ALIMENTAR

Quando você já tiver com o seu lanche ou almoço em mãos, localize uma mesa com cadeira disponível, sente-se e coloque sua refeição sobre a mesa. Feito isso, higienize suas mãos com álcool 70%, retire sua máscara e guarde-a em um saco adequado para isso. Faça sua refeição com tranquilidade, sempre sentado/a.

Ao finalizar, recoloque a máscara e higienize novamente as mãos. Não esqueça de levar o material utilizado para as refeições ao local indicado.

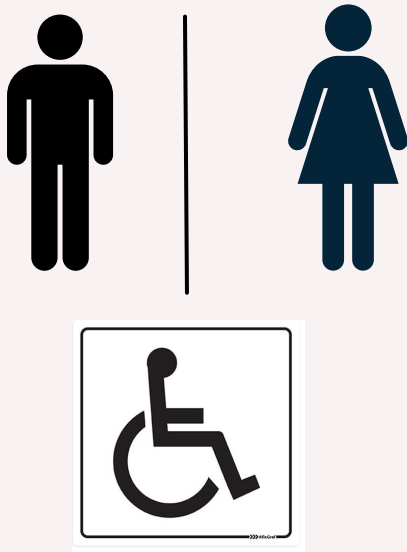


FAZER AS REFEIÇÕES SEMPRE SENTADO/A

É obrigatório estar sentado/a para realizar as refeições, visto que, somente sentados/as, podemos retirar a máscara com segurança. Mantenha sempre o distanciamento durante as refeições e evite conversar sem a máscara. Sabemos que temos muitos assuntos acumulados, mas vamos deixar para atualizá-los quando estivermos de máscara, ok?

Depois das refeições, continue sempre de máscaras e nada de aglomerar nos quiosques ou em outros espaços de convivência da escola.

COMO NOS PROTEGEREMOS DURANTE O USO DOS BANHEIROS E VESTIÁRIOS?



ENTRADA LIMITADA A 2 PESSOAS

Nossos banheiros são espaços pequenos e precisamos manter atenção redobrada ao utilizá-los. A entrada no banheiro está limitada a duas pessoas por vez. Caso já tenha duas pessoas utilizando, aguarde sua vez no corredor. Por favor, não insista e nem apresse quem estiver utilizando o banheiro. É muito importante respeitar o momento do/a outro/a.



HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

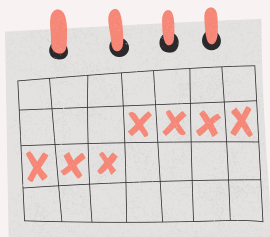
Independentemente da pandemia do coronavírus, sempre foi fundamental lavar as mãos após o uso do sanitário. Reforçamos aqui essa importância e lembramos que, além de lavar as mãos, não deixe de utilizar o álcool 70%, certo?



EVITE LAVAR O ROSTO

Recife é uma cidade muito quente e às vezes bate aquela vontade de lavar o rosto e se refrescar. Porém, é momento de evitarmos essa prática. Ao lavarmos o rosto, acabamos respingando água pela pia e isso potencializa a transmissão do vírus.

CHEGOU A HORA DA READAPTAÇÃO AO AMBIENTE ESCOLAR PRESENCIAL, MAS POR ONDE RECOMEÇAR?



ORGANIZAÇÃO

Comece realizando os ajustes necessários em sua rotina diária de forma geral. Organização é a palavra chave!!!



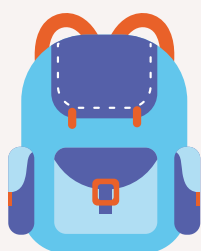
DEFINA HORÁRIOS

Estabeleça um horário para dormir e acordar, de modo que você esteja e se sinta realmente descansado/a e com condições de manter o foco e a concentração durante as aulas e nas demais atividades ao longo do seu dia.



ATENÇÃO DOS HORÁRIOS DA ESCOLA

Lembre-se de ficar atento/a ao horário de entrada na escola, bem como aos horários do recreio e almoço. Procure se organizar para não haver atrasos.



FARDAMENTO E MATERIAL ESCOLAR

Fique atento/a à adequação do fardamento escolar e à organização do material que será utilizado em cada dia da semana.



FICA A DICA!!!

Procure deixar o seu material arrumado no dia anterior, bem como o fardamento que será utilizado. Assim, você ganha tempo pela manhã para fazer a sua higiene pessoal e fazer a primeira refeição com calma, antes de sair de casa.

CHEGOU A HORA DA READAPTAÇÃO AO AMBIENTE ESCOLAR PRESENCIAL, MAS POR ONDE RECOMEÇAR?



EM CASO DE DÚVIDA, BUSQUE AJUDA

Chegando à escola, fique atento/a às novas regras de convivência. Caso tenha dúvidas sobre como proceder em algum espaço escolar, procure um/uma servidor/a da escola e solicite orientações de como proceder da forma mais adequada possível.



ORGANIZAÇÃO DA ROTINA DE ESTUDOS

Desde o início do ano letivo, elabore um plano de estudos que favoreça uma trajetória escolar tranquila e que colabore para a construção de ricos momentos de aprendizagens.



METAS E OBJETIVOS

Estabeleça metas e, a partir daí, pense em um cronograma que favoreça os seus objetivos de aprendizagem. Dedique o tempo adequado para cada componente curricular de acordo com as metas construídas.



ROTINA DE ESTUDOS

Selecione os conteúdos e materiais, além de pensar os métodos que serão utilizados em cada sessão de estudos. Caso necessite de orientações para isso, procure o Serviço de Acolhimento e Acompanhamento do/a Discente para que uma Orientadora Educacional possa te apoiar nas questões relativas aos diversos métodos e estratégias de estudos, bem como na organização da sua rotina escolar.

CHEGOU A HORA DA READAPTAÇÃO AO AMBIENTE ESCOLAR PRESENCIAL, MAS POR ONDE RECOMEÇAR?



ORGANIZE SEU CRONOGRAMA DE ESTUDOS

Intercale as disciplinas de acordo com o nível de desafio para você. Quando for dividir o tempo de estudo, coloque sempre uma disciplina que você considera mais desafiadora junto a um componente curricular que você tenha mais facilidade de estudar e realizar as atividades.



AUTOAVALIAÇÃO

Realize a autoavaliação ao final de cada etapa de estudo pré-estabelecida por você e faça os ajustes e revisões que ainda são necessários.



PAUSAS SÃO FUNDAMENTAIS

Faça pequenos intervalos/pausas durante as sessões/momentos de estudos. Dessa forma, você conseguirá elaborar melhor os conteúdos estudados e se preparar com mais disposição para as próximas etapas.



FICA A DICA!!!

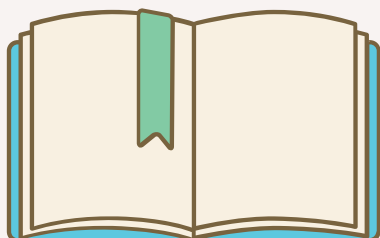
Lembre-se que a qualidade é mais importante que a quantidade de horas estudadas, porém verifique se o tempo dedicado está sendo adequado para alcançar seus objetivos.

CHEGOU A HORA DA READAPTAÇÃO AO AMBIENTE ESCOLAR PRESENCIAL, MAS POR ONDE RECOMEÇAR?



ANOTE TUDO QUE FOR IMPORTANTE

Registrar o que você tem estudado no caderno auxilia bastante na aprendizagem e ajuda a construir o conhecimento de uma forma mais consistente e organizada.



QUE TAL USAR UMA AGENDA?

Para não esquecer nada, adote o uso da agenda ou qualquer outra estratégia que ajude a lembrar dos compromissos escolares. Mas não basta anotar: também é preciso lembrar de consultar as anotações diariamente e realizar as atividades nos prazos estabelecidos.



PARA NÃO ESQUECER

- Evite excesso de atividades extraescolares;
- Organize o seu ambiente de estudos em casa;
- Priorize os estudos mantendo o foco nas metas;
- Estabeleça limites para o uso de internet para fins de entretenimento;
- O descanso é essencial para a manutenção da saúde física e mental, então não se esqueça das pausas;
- Cuide da saúde, pratique atividade física, alimente-se de forma adequada, realize atividades que ajudem no relaxamento e na diminuição do estresse. Pratique o autocuidado diariamente.



FICA A DICA!!!

Leia bons livros, veja bons filmes, escute boas músicas. Essas são formas simples de cuidar da mente e relaxar.

VAMOS FALAR DE CONVIVÊNCIA NO ESPAÇO ESCOLAR?

Lembre-se de que algumas atitudes não "saem de moda", por isso, atenção às regras da boa convivência e não se esqueça de praticá-las na escola:



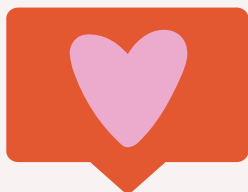
OLÁ, BOM DIA, BOA TARDE!

Lembre-se de cumprimentar as pessoas que compartilham o seu espaço escolar. Faça isso também ao entrar nos espaços coletivos que realizam atendimento ao público.



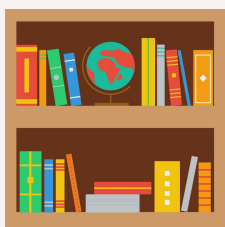
PALAVRAS ESSENCIAIS

Por favor, com licença, obrigada/o e desculpas são palavras indispensáveis para o bom convívio social.



GENTILEZA SEMPRE

Seja gentil, respeitoso e ofereça ajuda quando puder.



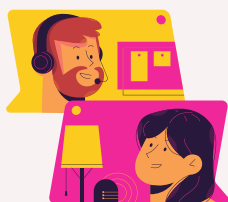
CUIDE DO QUE É NOSSO

Colabore para a preservação do patrimônio coletivo. A escola é nossa e precisamos cuidar muito bem dela.



LIMPEZA E ORGANIZAÇÃO SEMPRE

Mantenha os espaços limpos e organizados. Nada de lixo no chão ou materiais espalhados pela escola, ok?



MELHORES HORÁRIOS PARA CONTATO

Combine com seus familiares e amigos quais os momentos mais adequados para entrar em contato com você quando estiver na escola.

O QUE PRECISO LEMBRAR SOBRE AS MELHORES ATITUDES EM SALA DE AULA?



USO DO CELULAR

Evite o uso do celular e outros eletrônicos sem a autorização do/a professor/a. Também mantenha o aparelho no modo silencioso para não atrapalhar as aulas.



ATENÇÃO SEMPRE

Procure manter o foco e a concentração, além de seguir as orientações e direcionamentos dos/as professores/as de forma a colaborar com os momentos de aprendizagem.



CUIDADO COM AS CONVERSAS

Converse apenas quando for necessário ou quando o/a professor/a liberar esse tempo em sala, durante às aulas. Também lembre-se de respeitar a fala dos/das professores/as, colegas e estagiários/as. Aguarde sua vez de falar.



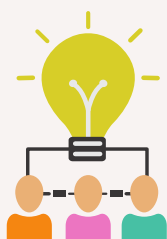
RESPEITO SEMPRE

Procure expor suas ideias de forma respeitosa, sem desvalorizar a opinião dos/as demais.



LEVANTE A MÃO PARA PEDIR A FALA

Quando precisar falar, tirar dúvidas ou expor sua opinião, levante a mão e aguarde a autorização do/a professor/a ou do/a estagiário/a.



ENGAJAMENTO NOS TRABALHOS

Nos trabalhos em grupo, seja responsável e comprometido/a, faça a sua parte colaborando para a construção coletiva da proposta.

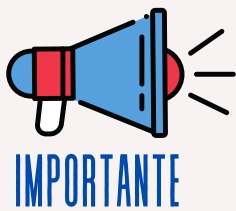
Nesse período de retorno presencial ao espaço escolar, o **ACOMPANHAMENTO E O SUPORTE POR PARTE DOS/AS RESPONSÁVEIS**, além da manutenção do diálogo e da parceria com a escola, constituem-se elementos essenciais para auxiliar o/a estudante no processo de (re)adaptação à rotina escolar.

Então, vamos lembrar alguns aspectos relevantes para um bom acompanhamento escolar em qualquer ambiente de aprendizagem:

COMUNICAÇÃO

Esteja sempre atento/a aos comunicados enviados pela escola através dos e-mails institucionais, bem como às notícias divulgadas no site do Colégio e nos demais canais de comunicação que eventualmente possam vir a ser utilizados.

Sempre que precisar tirar dúvidas, receber orientações e/ou informações sobre alguma questão relacionada à vida escolar do/a estudante, procure o canal disponível no site do Colégio ou no final desta Cartilha, na seção "contatos". Entre em contato com o setor responsável, de acordo com sua demanda apresentada.



Mantenha os seus contatos atualizados junto à escola, a fim de facilitar a nossa comunicação. Caso você não tenha um e-mail, é indicado fazê-lo, pois muito dos comunicados e circulares do CAP serão divulgados através deste canal.

ATENÇÃO À SAÚDE DO/A ESTUDANTE

Neste momento em que o cenário epidemiológico ainda inspira cuidado, é muito importante ficar atento/a e monitorar as condições de saúde do/a aluno/a. Caso ele/a apresente algum sintoma sugestivo de gripe ou qualquer outra doença, procure conduzi-lo/a ao serviço de saúde para investigação e tratamento adequado.



Caso o/a estudante precise se ausentar das aulas para tratamento de saúde ou por qualquer outro motivo, lembre-se de realizar a justificativa de ausência no site do Colégio.

Oriente o/a estudante sobre a importância de respeitar os protocolos de biossegurança estabelecidos como forma de prevenção à COVID-19, pois a atenção e o cumprimento das normas estabelecidas contribuirão para a preservação da saúde de todos/as, tornando possível o retorno seguro às atividades presenciais.

ACOMPANHAMENTO SISTEMÁTICO DA ROTINA ESCOLAR

Procure, desde o início das aulas, auxiliar o/a estudante na organização da rotina diária, em especial da rotina escolar. Verifique se o horário de sono está adequado, pois isso irá colaborar diretamente para aprendizagem do/a aluno/a, ajudando-o/a a manter a concentração durante as aulas.

Solicite que, no mínimo, uma hora antes de dormir, o/a estudante desligue os meios eletrônicos, principalmente aqueles utilizados para jogos virtuais. Contribua para que ele/a realize apenas atividades relaxantes que favoreça uma noite de sono tranquila.

Observe se a quantidade de atividades extraescolares não está sobrecarregando o/a aluno/a. Neste momento da vida dele/a, a prioridade deve ser as atividades relacionadas à escola. As demais atividades podem ser inseridas na rotina, desde que não haja prejuízo para o desenvolvimento escolar.

Oriente o/a estudante na organização do material escolar. É importante também reservar um espaço da casa onde ele/a possa se concentrar na hora de realizar as atividades e se dedicar aos estudos.



É indicado incentivar o/a aluno/a a manter o foco no momento dos estudos, deixando desligadas as notificações de redes sociais enquanto estiver envolvido/a com as atividades escolares.

Nesse momento, também é importante que a família colabore, procurando manter o ambiente o mais silencioso possível e evitando interromper o/a estudante com questões que não estejam relacionadas aos estudos.

Dialogue com o/a aluno/a sobre a importância de usar o fardamento escolar, pois além de colaborar para a identificação e segurança dentro e fora do Colégio, o uso do uniforme também contribui para outros aspectos relacionados ao convívio entre os/as estudantes.

Estabeleça um diálogo permanente com o/a estudante sobre a sua rotina escolar, acompanhando, estimulando a autonomia e valorizando o seu esforço e a sua dedicação.

Procure entender as suas dificuldades/desafios e incentive o/a aluno/a a buscar diferentes estratégias de superação dos obstáculos. Solicite apoio e orientação aos profissionais da escola sempre que considerar necessário.

É importante acompanhar o desempenho escolar do/a estudante através da leitura dos Pareceres Descritivos sobre a aprendizagem, que são disponibilizados ao final de cada unidade.

Compareça às reuniões e plantões pedagógicos e mantenha um diálogo frequente com os/as profissionais da escola, pois assim será possível estar informado/a sobre os aspectos que precisam ser fortalecidos no processo de aprendizagem discente.

CONVIVÊNCIA NO ESPAÇO ESCOLAR

Aprender a conviver de forma respeitosa e de acordo com a diversidade presente no espaço escolar e na sociedade é essencial para a formação humana e a construção da cidadania. Assim, é importante que os responsáveis orientem os/as estudantes sobre a questão.

Comece dando exemplo, pois ele é fundamental na educação dos/as crianças e adolescentes. É preciso que exista coerência entre o que se faz e o que se fala. Reflita com ele/a que todos têm direito a expor a sua opinião, desde que seja de forma respeitosa e coerente com as normas sociais, e que o fato de o outro não concordar com as suas ideias jamais deve ser motivo para qualquer tipos de violência ou justificar agressões de qualquer ordem.

É igualmente importante orientar sobre as regras básicas da boa educação: jogar o lixo no local adequado; usar o sanitário lembrando que outros usarão posteriormente, zelar sempre pela manutenção da limpeza dos espaços de convivência; ter cuidado com os objetos alheios; dar os cumprimentos necessários ao entrar e sair dos espaços; preservar o patrimônio do coletivo da escola.

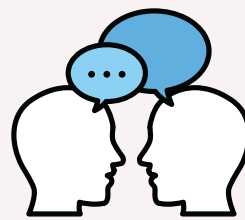
VAMOS CULTIVAR E ENSINAR SOBRE ...



Gentileza



Tolerância



Respeito



REFLETIR E PRATICAR

Demonstre interesse genuíno pela vida do/a estudante, procure compreendê-lo/a estabelecendo com ele/a um diálogo franco e atencioso, valorizando sempre o respeito mútuo e a confiança. Lembre-se que a principal necessidade do/a aluno é sentir-se amado/a, apoiado/a e compreendido/a junto à família.

AMBIENTES VIRTUAIS

DEIXAREMOS DE UTILIZAR O GOOGLE CLASSROOM?

Não! Durante o período de estudo remoto emergencial, aprendemos a usar o Google Classroom, Google Meet, Google Agenda, além de vários outros sites interessantes para o estudo online. Todos os componentes curriculares continuarão com suas salas de aula virtuais funcionando, sendo um espaço onde professores e professoras poderão disponibilizar materiais para leitura, vídeos, atividades para casa, trabalhos, orientações, dentre outros. Continue atento/a ao mural das suas salas virtuais porque, certamente, novidades aparecerão por lá com frequência.

REUNIÕES E EVENTOS ON-LINE

Com o objetivo de seguir nos cuidando e evitar aglomerações em espaços fechados, manteremos o uso de algumas reuniões no formato on-line pelo Google Meet ou YouTube. Conselhos de Classe, Reunião Escola-família, Escola-família em diálogo e alguns eventos são exemplos de atividades que poderão ocorrer através desses espaços remotos de encontro.

E-MAILS INTITUCIONAIS

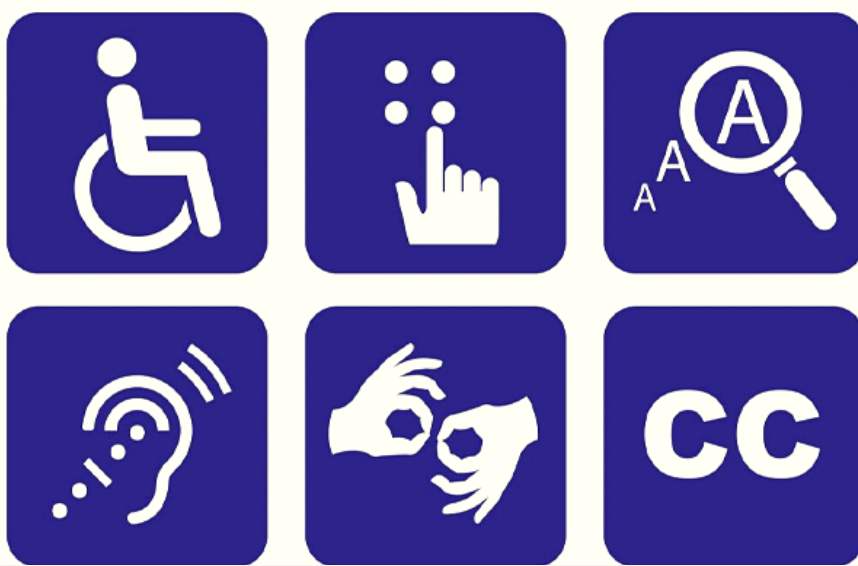
Continue sempre atento ao seu e-mail do CAp! Continuaremos a utilizá-lo como veículo constante de comunicação com os/as estudantes, mesmo estando no presencial. Lembre-se que o uso do e-mail é exclusivo para fins escolares e caberá a você fazer o uso de maneira adequada.

PARECERES DESCRITIVOS SOBRE A APRENDIZAGEM

Desde 2021 passamos a adotar os pareceres descritivos sobre a avaliação da aprendizagem, no formato virtual, através do SICAp (Sistema de Informações do Colégio de Aplicação). Com isso, evitamos a impressão dos documentos e a necessidade de buscá-los na Escolaridade, economizando papel, tempo e dinamizando muito mais a comunicação dos percursos de aprendizagens dos/das estudantes com as famílias. Fique ligado/a! Continuaremos a usar o SICAp em 2022 e seguimos aperfeiçoando essa ferramenta para agregar ainda mais funcionalidades.



SICAp



SERVIÇO DE INCLUSÃO, ACESSIBILIDADE E PERMANÊNCIA

O **SERVIÇO DE INCLUSÃO, ACESSIBILIDADE E PERMANÊNCIA** tem como objetivo contribuir e dar o suporte necessário para a efetivação dos direitos dos/as estudantes do Colégio de Aplicação, na perspectiva da oferta de uma educação de qualidade, visando ao seu pleno desenvolvimento, à participação de suas famílias e buscando promover de forma articulada a melhoria do processo de ensino e aprendizagem dos/as discentes. Nossa equipe é formada pela assistente social, Cintya Santos e pela psicóloga Carolina Lins, e estamos sempre à disposição para dar todo o suporte necessário para os/as estudantes e suas famílias. Vocês serão sempre muito bem-vindos/as!

MAS O QUE ISSO SIGNIFICA?

Que durante o processo de formação dos/das estudantes estaremos atuando para concretizar ações e benefícios socioassistenciais, isto é, garantindo que recebam suporte através: a) da bolsa permanência, ofertada a todos/as que estejam em situação de vulnerabilidade socioeconômica; b) da acessibilidade digital, quando necessária, para viabilizar a participação dos/as estudantes em situações de atividades remotas; c) do acolhimentos às demandas psicossociais apresentadas pelas famílias e que interfiram diretamente no desenvolvimento dos/as estudantes.

Também atuaremos acompanhando os/as estudantes com necessidades educacionais específicas, para que tenham as adequações necessárias para a inclusão plena na escola, através de intervenções interdisciplinares.

Nosso setor trabalha sempre na perspectiva da garantia de direitos e de como viabilizá-los no âmbito escolar. Estaremos sistematicamente em contato com as famílias para acolher, orientar, e construirmos juntos/as uma escola mais inclusiva e acessível a todos/as.

Caso queiram nos conhecer melhor, entrem em contato pelo nosso e-mail institucional, telefone ou mesmo fazendo uma visita ao nosso setor!

Email: acessibilidade@capufpe.com

Telefones: 9 9337-7097 (Serviço Social) ou 9 9169-6349 (Psicologia)



QUER ESTAGIAR NO CAP-UFPE?

O **NÚCLEO DE ESTÁGIO E FORMAÇÃO DOCENTE** é o espaço a que os/as estudantes da graduação devem se dirigir para informações acerca do Estágio Curricular Obrigatório e Programas de Formação Docente.

Você sabia que uma das principais razões da criação dos Colégios de Aplicação é ser campo de estágio para graduandos/as? Exatamente por isso a escola tem um olhar cuidadoso para vocês! Nós disponibilizamos vagas para os mais diversos cursos nas áreas de formação das licenciaturas, além de Psicologia, Serviço Social e Pedagogia.

Nossa equipe é formada pelo professor Gustavo Lira (na coordenação) e pelas técnicas Camila Menezes, Rafaela Lima e Aldenize Ferreira. Estamos sempre disponíveis para o/a acolher, orientar e fazer dessa experiência um importante momento em sua formação inicial.

O COLÉGIO RECEBE APENAS ESTÁGIOS CURRICULARES?

Não! O CAP-UFPE também possui atuação junto aos programas de formação docente, tais como a Residência Pedagógica e o PIBID. Informe-se no seu curso de graduação sobre esses programas e procure o Colégio, caso deseje viver essa experiência conosco.



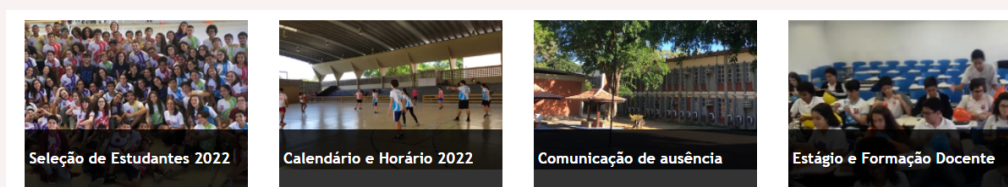


NUCLEO DE ESTÁGIO E FORMAÇÃO DOCENTE

O QUE É PRECISO PARA VIVENCIAR ESTA EXPERIÊNCIA FORMATIVA NO CAP?

No site do Colégio, busque a seção Estágio e Formação Docente e lá você encontrará em detalhes todas as informações necessárias no documento com o título “Orientações para Estágio e Programas de Formação”.

Para entrar em contato conosco, basta enviar um e-mail para estagio.formacao@capufpe.com. Mas, se preferir conversar diretamente com a gente, a sala do Núcleo de Estágio e Formação Docente fica no térreo da escola. Não se esqueça: só recebemos graduandas/os com o esquema de vacinação contra a COVID-19 completo e devidamente comprovado.



COMO FUNCIONA O FLUXO DE ENTRADA DE ESTAGIÁRIOS/AS DA GRADUAÇÃO?

- Comunique-se com a Coordenação do Curso ou com o/a docente do Componente Curricular Estágio e sinalize o interesse em realizar o estágio no CAP-UFPE. Os/as docentes das graduações recebem antecipadamente nossas informações para efetivar a parceria conosco. São eles/as que organizam os/as estudantes que pretendem estagiar no CAP-UFPE e viver conosco essa etapa do processo formativo.
- Atualmente estamos centralizando a documentação de estágio nas mãos dos/as professores/as da graduação. Dessa forma, são eles/as que enviarão os documentos necessários para efetivação do estágio (carta de apresentação, termo de compromisso e plano de atividades).



QUAIS OS PASSOS QUE EU DEVO SEGUIR PARA FAZER PESQUISA NO COLÉGIO DE APLICAÇÃO?

Na retomada das atividades presenciais no CAp, teremos também a volta da realização das pesquisas em modo presencial. No entanto, todo o trâmite dos documentos de solicitação ao CAp/Unidade de Apoio ao Ensino, Pesquisa e Extensão para a emissão do parecer permanecerá de forma virtual, via e-mail e mantendo os seguintes passos:

1. Envio da Carta de Apresentação ao Diretor do Colégio: diretoria@capufpe.com;
2. Envio do Projeto de Pesquisa via e-mail para a Unidade de Apoio ao Ensino, Pesquisa e Extensão: articulacaopedagogica@capufpe.com;
3. Contatos com docentes e pesquisadores, para mediação e definições sobre a emissão do parecer de pesquisa e sua possível realização, continuarão se estabelecendo através do e-mail.

QUE CUIDADOS PRECISO TER AO FREQUENTAR O COLÉGIO PARA REALIZAR A PESQUISA?

Uma vez emitido o parecer de aprovação de pesquisa e comunicado ao/à pesquisador/a interessado/a da aprovação pela Diretoria do CAp, o/q pesquisador deverá retomar a leitura da Cartilha CAp, assumindo, assim, o compromisso de cumprir o protocolo que ela estabelece, em seus diversos aspectos. Assim, as atividades programadas para a realização da pesquisa deverão observar rigorosamente as orientações da Cartilha como, por exemplo:

- 1 - manter o uso constante e correto de máscaras nas dependências do colégio;
- 2 - manter o distanciamento entre os participantes envolvidos nas atividades de pesquisa no CAp;
- 3 - manter o cuidado com a higiene das mãos e objetos compartilhados, evitando ao máximo a utilização de objetos de forma coletiva.

JÁ QUE NÃO PODEMOS AGLOMERAR, QUE TAL UM LIVRO?

A Biblioteca estará com o seus serviços em pleno funcionamento, seja por agendamento ou livre demanda. Faremos o melhor para atendê-los.

**Empréstimo de livros? É possível, sim!!!
Mas...**



Manter alguns cuidados simples pode nos ajudar a manter a COVID-19 longe da gente.

Seguem duas dicas bem simples:

- 1- mantenha sempre a higiene das mãos ao manusear um livro;
- 2- guarde os livros em local arejado e evite o empréstimo a outro colega.

Fazendo isso, cuidamos do livro, de nós e do outro.

Agora é só escolher o título lá no PERGAMUM e ter uma boa leitura.

Dúvidas?

Entre em contato conosco pelo bibcap.coordenacao@ufpe.br



CONTATOS ÚTEIS

Diretoria

diretoria@capufpe.com / vicediretoria@capufpe.com

Coordenação de Ensino Fundamental

coordenacaofundamental@capufpe.com

Coordenação de Ensino Médio

coordenacaomedio@capufpe.com

Secretaria

secretaria@capufpe.com

Escolaridade

escolaridade@capufpe.com

Serviço de Acompanhamento da Rotina Escolar

rotinaescolar@capufpe.com

Serviço de Acolhimento e Acompanhamento do/a Discente

acolhimento@capufpe.com

Núcleo de Estágio e Formação Docente

estagio.formacao@capufpe.com

Unidade de Apoio ao Ensino, Pesquisa e Extensão

articulacaopedagogica@capufpe.com

Biblioteca

bibcap.coordenacao@ufpe.br

Suporte aos emails institucionais e Google Classroom

maria.sousa@capufpe.com

REFERÊNCIAS

SECRETARIA ESTADUAL DE EDUCAÇÃO DE PERNAMBUCO. **Protocolo Setorial - Educação: para atividades em funcionamento durante a pandemia de COVID-19.** http://www.educacao.pe.gov.br/portal/upload/galeria/21557/PROTOCOLO_SETORIAL_EDUCACAO_V3.pdf (Acessado em 10/02/2022).

SECRETARIA ESTADUAL DE EDUCAÇÃO DE PERNAMBUCO. **Portaria 443/2022 - alteração no item Vigilância Epidemiológica no Âmbito Escolar da Portaria 5063/2021.** Diário Oficial do Estado de Pernambuco n. 26, 07 de fevereiro de 2022.

SECRETARIA ESTADUAL DE SAÚDE DE PERNAMBUCO. **Boletim COVID-19 - Comunicação SES-PE: Boletim N° 680.** 11/01/2022.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO. **Resolução n° 01/2022:** regulamenta a obrigatoriedade da apresentação do comprovante de vacinação contra a Covid-19 para acesso às dependências da Universidade Federal de Pernambuco. B.O. UFPE, Recife , 57 (16), p. 1-13, 27/01/2022.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO. **Diretrizes gerais para a retomada das atividades na UFPE.** 2ª edição, 02/2021.



UNIVERSIDADE
FEDERAL
DE PERNAMBUCO