





A gravidade deste momento que estamos vivendo demanda uma parada. Tudo o que não for urgente pode ficar para depois - é hora de usar a tecnologia a nosso favor e fazer de casa tudo o que for possível.

A quarentena é questão de responsabilidade social, amor próprio - a nós mesmos, aos familiares e ao próximo.

Podemos reduzir a velocidade com que o vírus se propaga através do distanciamento social e isolamento.

É possível aproveitar estes dias destinados à reclusão para refletir sobre a fragilidade do sistema que rege nossas vidas em sociedade, o quanto estamos afastados da natureza, do convívio salutar que aproxima e acolhe, e do conhecimento verdadeiro uns dos outros.



Afinal, estamos diante de situação atípica, acerca da pandemia Covid - 19, e nós do Colégio CETEB, seguimos as recomendações dos órgãos governamentais e estamos respeitando esse período de afastamento social.



Mas o que está acontecendo de fato?

Nossa família está em perigo? O que podemos fazer para contribuir, além da higienização? O que ou como faremos enquanto estivermos recolhidos em casa? Por quanto tempo isso vai durar?



Muitas dúvidas podem surgir diante dessa situação e nós queremos tranquiliza-los quanto a algumas questões.

A primeira medida que orientamos é para que mantenhamos a *calma*.



Sim, há insegurança, há recomendações a seguir, no entanto já estamos em exercício das medidas necessárias para que o vírus não se espalhe. Toda pandemia tem um período de duração e a tendência é estabilizar e, o Corona vírus (Covid-19) irá também viver esse ciclo - é necessário seguir as instruções do Ministério da Saúde acerca de nossa preservação, das pessoas do nosso convívio e da comunidade em geral. Assim, o Colégio CETEB, em sintonia com as demais instituições educacionais, também *aderiu* à tais orientações.

É importante esclarecer que o afastamento do ambiente escolar nesse momento, tem *caráter preventivo e protetivo*, para impedir a proliferação do vírus. Ainda não temos previsão sobre o período de duração dessa pandemia, mas de uma coisa nós temos certeza: *vai passar*.

Nossa maior aliada é a *calma* e a *confiança*, para transformar o pânico que nos invade muitas vezes, e superar o estado de tensão que nos afeta psicologicamente.

Mantenhamos o *equilíbrio*, estabelecendo a *serenidade* em nossos gestos e atos.



Nesse período, ficar em nossas casa, evitar saídas, não participar de aglomerações; e os passeios em geral também devem ser evitados ... que tal aproveitarmos esse tempo para nos

conectarmos mais à rede familiar?

Que tal programar atividades domésticas com nossos familiares, observar melhor suas reações, fortalecer os laços? Vamos?!... Vamos usar esse tempo a nosso favor, com qualidade! Vamos abrir as janelas, respirar, deixar o ar circular e se renovar em nossos lares. É um *tempo também para reflexão*, um período para *olhar para si mesmo e olhar para o outro. Para a*

vida!

Aprovaram a ideia?

Mas, **como e o que fazer com os filhos em casa, ausentes da rotina diária**, neste período sem aulas?

Hummm - Vamos criar ou manter uma rotina que permita trabalhar 'home office' ao lado deles?

Como?

Você não precisa achar que precisará "dar conta" deles o tempo todo. Organize o dia estabelecendo uma alternância entre períodos de movimento e concentração, atividade e descanso. Essa tríade, Atividades de entretenimento, fruição e lazer, Atividades pedagógicas e Atividades da vida diária, promoverá um movimento equilibrado ajudando a





manter o ambiente harmonioso, uma relação de bem estar, na relação entre vocês, num período em que não poderão sair de casa. Não se cobre demasiadamente. Aproveite para observar como seus filhos se organizam.

Vamos lá, enquanto o corre-corre da rotina não nos surpreende, segue algumas sugestões de atividades para inspirá-los! Vale lembrar de brincadeiras, jogos, pega varetas, “mágicas” da adolescência e infância de vocês...



Que tal rever os ÀLBUNS DE FAMÍLIA? Eles ainda existem ...?
Mesmo que estejam em versão digital, revejam em conjunto, reconheçam qual foi o evento, quem são as pessoas, fale sobre elas, relembre momentos bons, significativos... telefone pra elas! Fale sobre você, sua adolescência, seus sonhos, erros e acertos, para seus filhos (às vezes eles nem lembram que também fomos crianças, e adolescentes, como eles).



MÍMICA

Essa é uma brincadeira que estimula a criatividade.

Muitos de nós já brincamos disso! Quem nunca brincou terá a oportunidade de aprender. Vamos lá?

Número de participantes: a partir de 04

Dividam – se em 02 times.





Um participante deve se dirigir ao grupo adversário, que irá falar alguma palavra, uma frase, (podem combinar um tema de música, estação do ano, etc.).

Os participantes têm 03 minutos para representar, apenas com gestos, e o time deve adivinhar.

O time que acertar mais, ganha – o prêmio pode ser uma prenda, ou algo desejado pelo ganhador.

LISTA DE COMPRAS



Essa é uma brincadeira que estimula nossa memória. E não precisa de muitas pessoas para jogar.

Podem jogar a partir de 02 participantes.

A ideia é fazer uma grande lista de compras sem repetir nenhum item e toda vez que um item for adicionado, a lista deve ser ditada novamente.

O primeiro jogador vai começar: “Vou à feira para comprar melão”;

E o segundo continua: “vou à feira comprar melão e laranja”, “vou à feira comprar melão, laranja e uva”;

E assim por diante. Vence quem conseguir lembrar de todos os itens da lista.



ALGUMAS CHARADAS...

Um pescador está do lado de um rio, ele tem um barco e precisa levar um saco de milho, uma galinha e uma raposa para o outro lado, o barco só aguenta ele e mais alguma coisa (milho ou a



galinha ou a raposa). Ele não pode deixar a galinha com o milho, porque a galinha comeria o milho, e nem pode deixar a galinha com a raposa, se não a raposa comeria a galinha... O que ele deve fazer?



O pai do padre é filho do meu pai. O que eu sou do Padre?

(Tio)

Uma pata nascida no Chile bota um ovo na divisa Brasil-Chile. Segundo o Itamaraty, a quem pertence o ovo?

(Brasil e Chile não fazem fronteira)

Caminhando ao fim da tarde, uma senhora contou 20 casas em uma rua à sua direita. No regresso, ela contou 20 casas à sua esquerda. Quantas casas ela viu no total?

(A senhora viu 20 casas no total, porque a sua direita na ida é a sua esquerda na volta, ou seja, nos dois itinerários, ela viu e contou as mesmas casas, e não casas diferentes)



Acesse o link para ter acesso a mais jogos!

<https://rachacuca.com.br/raciocinio/>



Vamos para as músicas? Vale fazer um KARAOKÊ... A PALAVRA É?!, selecionamos uma palavra ou frase de uma música e os participantes terão que adivinhar qual a música... enfim, escolham uma *música* para ouvirem juntos! Partilhem a sensação causada pela letra da música, pela melodia, etc.

Temos algumas sugestões:

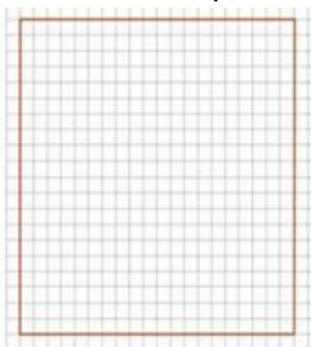
<https://www.youtube.com/watch?v=nxRxz2lj6Do> – Quase Sem Querer

<https://www.youtube.com/watch?v=s2IAZHAsoLI> – Felicidade

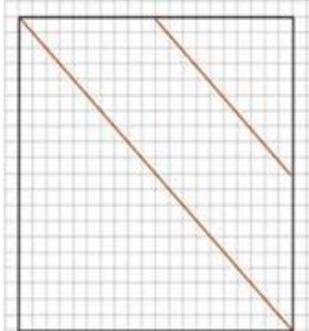
<https://www.youtube.com/watch?v=aUzW9io-Om0> – Pra Você Guardei o Amor



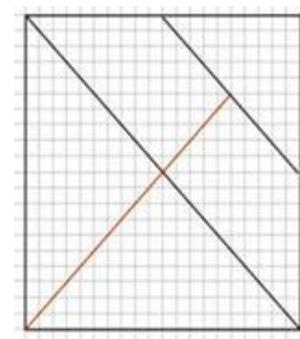
O que acham de construírem um **TANGRAM**?



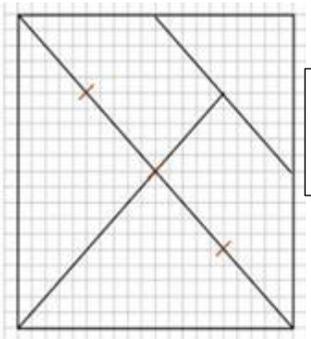
1º Desenhe um quadrado



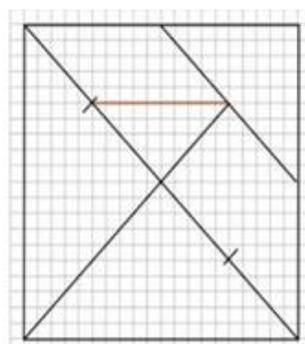
2º Trace uma diagonal do quadrado e a reta que une os pontos médios dos lados



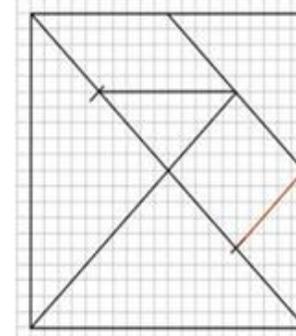
3º Desenhe parte da outra diagonal



4º Divida a diagonal em quatro



5º Trace as linhas paralelas para formar o trapézio



6º Trace a linha paralela à diagonal. Está feito o Tangram!



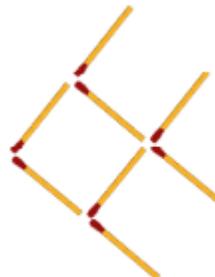


Vamos solucionar alguns problemas? Vamos pegar palitos de dente, palitos de fósforo – o que lave é exercitar o cérebro se divertindo!!

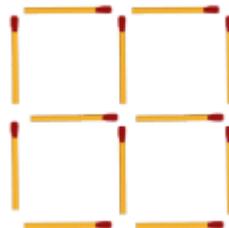
Mova os palitos e forme 6 triângulos.



O peixe da figura está nadando para a esquerda. Mova 3 palitos para que ele nade no sentido contrário.

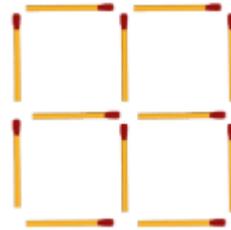


Remova 3 palitos e deixe a figura com 2 quadrados.

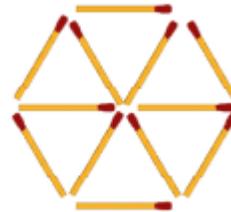


Remova 3 palitos e forme 3 quadrados.





Mova 4 palitos para formar 3 triângulos equiláteros.



Mova 2 palitos e dobre o valor do número abaixo.



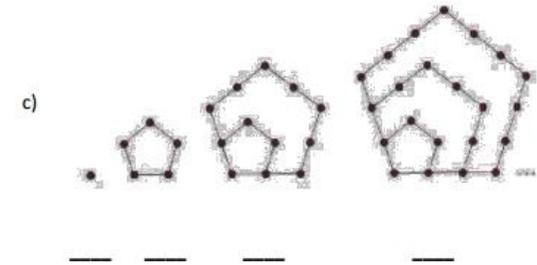
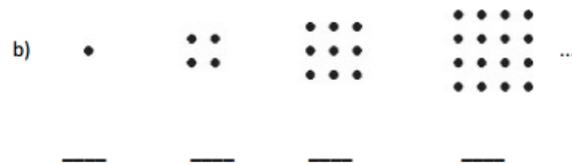
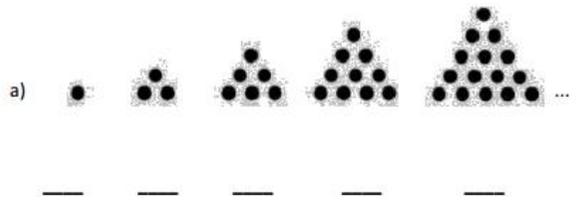
Abaixo serão apresentadas várias sucessões numéricas obedecendo a certa lógica numérica e certa lógica quantitativa. Observe a sucessão e tente descobrir a lei que norteia a sua construção para assim escrever o próximo elemento da sucessão:



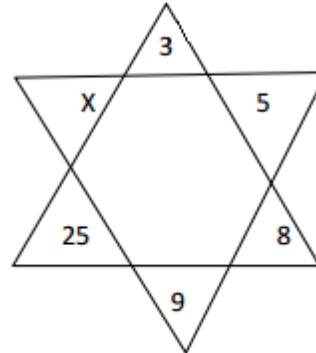


- a) 1, 3, 5, 7, __, __, __
- b) 2, 7, 12, 17, 22, 27, __, __, __
- c) 0, 1, 4, 9, 16, 25, 36, __, __, __
- d) 0, 4, 16, 36, 64, __, __, __

Observe as figuras abaixo e desenhe a próxima figura da sequência. Depois, escreva a sequência numérica formada pelas figuras.



Considere os números escritos nos pequenos triângulos das pontas da figura estrelada abaixo e determine o valor de "X".



X = _____



Aquele baralho, dominó, xadrez, damas, jogo de tabuleiro que está guardado há tanto tempo... boas atividades para fazer em família!



Vamos pensar na possibilidade de assistir alguns filmes? Depois podemos promover uma partilha sobre o que mais nos chamou atenção, quem foi o personagem com quem nos identificamos, qual a impressão causada pelo tema do filme...

- "Atypical" (Netflix);
- Rei Leão versão live action (Now e Amazon);
- Uma História Impossível (2010), Randall Wallace;
- A procura da felicidade;
- Lucy;
- Hippocrate;
- Por lugares incríveis;



E agora, vamos pensar em “viajar” com eles? Só através da leitura, hein!?! Ler é conhecer o mundo....



Eles estão em programa de leitura nas aulas de Linguagens - Vamos fazer uma Roda de Leitura?

Eles estão com Roteiro de leitura em mãos ...

AH! Temos outro tema!

Nós compreendemos que nossos jovens estão se preparando para agir em tempos de incerteza a partir de situações problemas, reais, ganhando autonomia, ensaiando iniciativas, etc., e, consideramos este, como um momento profícuo para o aprendizado através da experiência vivenciada durante esse distanciamento (isolamento) social.

Lembremos que ainda não estamos em recesso, ou em férias, segundo as orientações legais, e, consideramos importante contribuir com vocês, na manutenção da ROTINA E COM O HÁBITO DE ESTUDOS dos nossos estudantes.



Inclusive, é recomendável, organizar os seus planos de estudo, baseando-se em seus cronogramas de aula, nas listas de atividades que já estavam programadas, e, organizarem-se para desenvolver as outras atividades complementares a estes momentos de estudo.

Reiteramos, nossos jovens, já veem exercitando autonomia e protagonismo no estudo, familiarizados com aulas online, utilizando atividades virtuais, elaboração de resumos através



do estudo dirigido, construção de mapas mentais, etc., e, reconhecendo este, como um espaço de experiência favorável para atender, não só a demanda do movimento, mas principalmente, para *aprender a fazer fazendo*, ou seja, *aprender na e pela experiência*.

Vamos aproveitar esse tempo também para utilizarmos as tecnologias que estão ao nosso alcance. Podemos fazer chamadas de chamadas, trocar mensagens através do WhatsApp, escrever e-mail etc., para amigos e colegas que também estarão em afastamento social pois a vida, como nos diz Mia Couto, “[...] a vida é a espera do que pode ser vivido”.

Para nossos estudantes seguem os Contratos Tarefas – um instrumento didático norteador dos estudos a serem desenvolvidos, acrescentando que, além das possibilidades de Chamada de vídeo, Wats App, eles dispõem de: acesso ao Google Classroom, o e-mail da Turma, e um Líder gerenciador das situações que podem ocorrer, listados abaixo:

Érica Kaillane e Marcos Vinicius, Guinther e Beatriz, Fernando e Gabriel.

Pessoal,

Nosso contato físico será reduzido, é verdade, mas nos mantemos acessíveis para o contato via telefone, por Wats App, e-mail... Nós estamos à disposição, nossos canais de comunicação estão abertos e estamos juntos nessa!



LEMBRETE: para evitar surpresa nos contatos por chamadas de vídeos:

Confira se a câmera e o microfone estão ativados.

Feche os aplicativos que podem estar usando a câmera ou o microfone, como programas de ligação de vídeo ou de bate-papo.

Confira se o microfone não está com o mudo ativado.

Verifique a conexão com a internet

Se sua conexão com a internet estiver lenta, tente conectar-se novamente ao Wi-Fi ou conecte-se a uma rede diferente.

Peça que o colega verifique e a conexão com a internet

Se você não puder ouvir ou ver a pessoa com a qual está fazendo uma ligação de vídeo, peça que ela realize as etapas da solução de problemas listadas acima.

Nos informe se estiver precisando de alguma orientação, estamos “ligados”!

The logo for CeTeB Colégio, featuring the text "CeTeB" in a large, blue, stylized font with a red human figure icon integrated into the letter 'e'. Below it, the word "Colégio" is written in a smaller, red, sans-serif font.