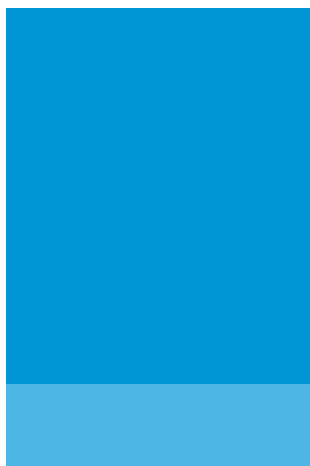
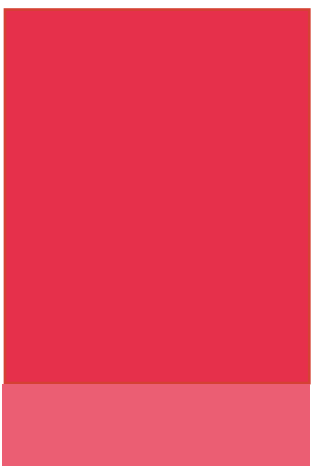


Welcome to preschool

A parents guide to starting preschool

Bem-vindo à escola infantil

Um guia para os pais sobre o iniciar da escola infantil



Education
Public Schools

PORTUGUESE



Assuntos nesta brochura: Bem-vindo à escola infantil

A brochura *Bem-vindo à escola infantil* foi desenhada para ajudar a fazer o início da longa caminhada de aprendizagem do seu filho ou filha, uma experiência positiva e feliz. Nesta brochura, os pais encontrarão dicas fornecidas por professores e pais de crianças na primeira infância, que tornarão mais fácil para si e para a sua família a preparação da criança para começar a escola infantil. Também lhe garantirá que tomou a decisão correcta ao enviar o seu filho ou filha para a escola infantil e lhe dará uma visão sobre a importância que isso terá para o desenvolvimento da criança.

Se desejar fazer alguma pergunta ou fornecer sugestões, por favor envie um email para parents@det.nsw.edu.au

Início da escola infantil	3
Preparação	3
A comida na escola infantil	4
Como devo vestir a criança?	5
Aprendizagem para os mais pequeninos	5
O seu apoio à aprendizagem da criança	6
Preparação para escola a sério	6
Quando a criança está doente	7
Piolhos	7
Sites úteis	8

Início da escola infantil

A ideia da criança ir para escola infantil pode ser um pouco assustadora para muitos pais. Pode sentir que o seu pequenino ou pequenina está a crescer depressa demais. Não se preocupe! A escola infantil é uma época em que a criança se vai divertir imenso com crianças da mesma idade. A escola infantil ajuda a desenvolver e a ampliar o modo como as crianças experimentam o ensino, deixando-as confiantes, interessadas em aprender com entusiasmo, desejosas de entrar para a escola a sério.

Preparação

Já conhece o professor da escola infantil?

É importante que conheça o professor da escola infantil. O professor pode-lhe dizer o que se passa na escola infantil e pode ajudar a dar resposta a quaisquer perguntas que ajudem o seu filho ou filha a adaptar-se.

A escola infantil tem uma série de regulamentos e regras para promover a saúde, segurança e bem-estar das crianças; por ex.: chegada e partida, comida e nutrição, desenvolvimento e educação e protecção solar.

Dica: A escola infantil pedir-lhe-á que assine um livro de registo no início e no fim de cada dia ou sessão. Assegure-se que assina este livro de registo, que geralmente se encontra à entrada da escola infantil.

Lista de artigos necessários

Eis aqui uma lista de artigos que a criança precisa levar:

- uma pasta/mochila
- uma marmita
- uma muda de roupa, incluindo meias e roupa interior
- um chapéu
- buchas/merendas/refeições ligeiras para o meio da manhã e para o lanche e uma bebida.

Se a criança for à escola infantil o dia inteiro precisa ainda de levar:

- almoço
- um lençol e/ou cobertor para a hora da sesta.



Alergias, problemas de saúde e necessidades especiais

Antes do seu filho ou filha começar a escola infantil é importante avisar se a criança sofre de alergias ou problemas de saúde ou se tem quaisquer outras necessidades especiais. Estas informações darão tempo à escola infantil de tratar de quaisquer outros assuntos adicionais para a criança.



Dica: Mande comida que o seu filho ou filha goste e que coma. Também é boa ideia ensinar a criança a desembulhar a comida e a comer sozinha.

Cuidados a ter com alergias

A anafilaxia é uma reacção alérgica grave e repentina a certas comidas, como frutos secos/nozes/frutos de casca dura ou frutos do mar, ou mordidas de insectos. Tem que avisar o professor da escola infantil, se o seu filho ou filha tiver alergia a algumas comidas ou correr o risco de sofrer anafilaxia. Algumas escolas infantis têm regulamentos que não autorizam a entrada de frutos secos/nozes/frutos de casca dura. Informe-se com o professor.

A comida na escola infantil

Comer na escola infantil é uma parte importante do programa diário e nós promovemos hábitos de alimentação saudáveis. Os funcionários das nossas escolas infantis também ajudarão o seu filho ou filha na hora das refeições, lembrando todas as crianças que têm que lavar as mãos e estimulando-as a terminar a comida e a não partilharem a sua comida com os seus amigos.

Pedir-lhe-emos que forneça comida saudável para a bucha/merenda/refeição ligeira do meio da manhã, almoço e talvez também para o lanche. Fale com o professor da escola infantil que a criança vai frequentar, para ficar com uma ideia do que deve mandar diariamente para a criança comer. Pode também consultar o site Healthy Kids (Crianças Saudáveis) para ter mais ideias sobre buchas/merendas/refeições ligeiras e almoços.

Consulte: www.healthykids.nsw.gov.au



Como devo vestir a criança quando vai para a escola infantil?

Vista a criança com roupa confortável e prática, que seja segura e fácil para a criança manusear sozinha, incluindo sapatos apropriados para brincar e subir e descer.

Será pedido às crianças que ponham um chapéu quando brincarem ao ar livre. Estimule o seu filho ou filha a habituar-se a usar chapéu, sempre que brinque ao ar livre. A maioria das escolas infantis tem um regulamento, que dita que 'sem chapéu, a criança só pode brincar à sombra'.

Dica: Guarde a roupa boa para a criança usar em festas ou quando for sair. Apesar de os professores tentarem que as crianças não sujem a roupa, as pinturas e a terra fazem parte da diversão e da aprendizagem.

Ponha rótulos em tudo!

Há um contentor com artigos 'perdidos e achados' na escola infantil; mas, para poupar tempo e evitar frustração, por favor ponha rótulos em todos os artigos que pertencem ao seu filho ou filha, como: roupas, mala/mochila e marmita.

Como os pequenitos aprendem

O que o seu filho ou filha aprende na escola infantil é uma continuidade do que lhe ensinou em casa. Durante as brincadeiras, as crianças usam a imaginação, aprendem a dar-se bem com as outras crianças, fazem planos e prestam atenção.

Os professores das nossas escolas infantis são completamente habilitados em estudos da primeira infância. As experiências de aprendizagem em que o seu filho ou filha participar, através de brincadeira, são planeadas cuidadosamente pelo professor e direccionadas pelas preferências da criança.

Actividades de aprendizagem na escola infantil

- Quebra-cabeças e brincadeiras com blocos
- Pintura e desenho, corte e colagem
- Leitura de livros e audição de histórias
- Conversação e prestar atenção
- Mascaram/fantasiar e brincar no cantinho que é uma casa ou na casa de brincar
- Ouvir e tocar música
- Dança e teatro
- Subir e descer equipamento, equilíbrio, correr e saltar
- Usar computadores
- Brincar com argila, massa de amassar/plasticina, areia e água.

Através destas experiências de aprendizagem, o seu filho ou filha irá explorar, experimentar e desenvolver a sua capacidade de resolver problemas, comunicar e conviver. As crianças também desenvolverão auto-estima e autoconfiança e as bases para a aprendizagem a sério.



O seu apoio à aprendizagem da criança

As crianças aprendem melhor quando os pais e os professores trabalham em conjunto. Os pais conhecem os filhos melhor que qualquer outra pessoa; assim, poderão ajudar o professor a compreender o seu filho ou filha, partilhando informações sobre as preferências da criança.

Maneiras de apoiar a criança com a escola infantil

- Informe-se o melhor que puder sobre a escola infantil; por ex.: as rotinas e o que a criança tem que levar para a escola infantil
- Participe nas actividades da escola infantil que o seu filho ou filha frequenta; por ex.: trabalhe como voluntário
- Fale com os funcionários da escola infantil sobre actividades que pode fazer com o seu filho ou filha em casa; por ex.: ler junto com a criança
- Fale com os funcionários sobre a aprendizagem do seu filho ou filha
- Converse com a criança todos os dias sobre o que fizeram na escola infantil

Começar bem o dia

Um pequeno almoço/café da manhã nutritivo ajudará a criança a passar o dia o melhor possível na escola infantil. Ajudará a criança a concentrar-se e a ter energia para brincar. Também ajudará a criança a desenvolver bons padrões alimentares para o resto da sua vida.

Dormir bem de noite

As crianças precisam de dormir bem todas as noites, para poderem aguentar as aventuras e brincadeiras realizadas na escola infantil.

Dormir bem de noite ajuda a criança a:

- prestar atenção e concentrar-se
- resolver problemas e pensar em ideias novas
- brincar com maneiras e passar bem o dia.



Preparação para a escola a sério

A escola infantil que o seu filho ou filha frequenta ajudá-lo-á a si a à criança com a preparação para a entrada na escola. As escolas infantis e primárias oferecem muitas vezes um programa intitulado *Transition to School (Transição para a Escola)*, que lhe proporcionará dicas sobre o 'grande primeiro dia das crianças' na Kindergarten (Escola Pré-Primária) e o ajudará a familiarizar-se com a rotina da escola e as coisas interessantes que a vida escolar oferece

às famílias. Participar na vida escolar do seu filho ou filha, ajuda a criança a começar bem a jornada de aprendizagem com que se depara.

Quando a criança está doente

De vez em quando as crianças adoecem. Por favor telefone de manhã cedo para a escola infantil, a avisar que o seu filho ou filha está doente.

Algumas doenças podem ser infecciosas. Para que essas infecções não se propaguem a outras crianças, por favor consulte o seu médico e mantenha a criança em casa durante o período de tempo recomendado.

Eis algumas das infecções mais vulgares:

Bexigas/catapora/varicela – um pouco de febre, o nariz a pingar e uma alergia de pele que começa com pintas cor-de-rosa e salientes que se transformam em bolhas e escamam.

Sarampo – febre, cansaço, o nariz a pingar, tosse e olhos vermelhos e doloridos durante uns dias; seguidamente, uma alergia de pele com manchas vermelhas, que começa na cara e se espalha pelo corpo, durando quatro a sete dias.

Conjuntivite – um dos olhos parece que arranha, fica vermelho e a lacrimejar. As pálpebras podem colar-se durante o sono.

Impetigo (herpes infantil) – pequenas pintas vermelhas transformam-se em bolhas que se enchem de pus e criam crosta – aparecem geralmente na cara, mãos e escalpe.

Tinha – pequena área escamosa na pele, rodeada por um anel cor-de-rosa.

Aquilo que deve fazer se o seu filho ou filha adoecer

Se a criança tiver os seguintes sintomas é melhor consultar o seu médico e manter a criança em casa:

- febre igual ou superior a 38° C
- vómitos ou diarreia
- constipação/resfriado grave ou sintomas de gripe
- alergias de pele cuja origem se desconhece.

Para obter mais informações sobre doenças infecciosas que podem afectar o seu filho ou filha, contacte o Serviço de Saúde de NSW (NSW Health) através do número 9391 9000.

Consulte: www.health.nsw.gov.au

Piolhos

Talvez seja na escola infantil a sua primeira experiência com piolhos. Não fique alarmado se ocorrer uma epidemia. Os piolhos são muito desagradáveis, mas felizmente não prejudicam a saúde da criança e nada têm a ver com a higiene pessoal da criança.

O melhor que pode fazer é ajudar a combater os piolhos da seguinte maneira:

- verificar com regularidade o cabelo da criança
- manter o cabelo comprido apanhado em rabo-de-cavalo ou entrançado.
- manter um pente com dentes finos na casa de banho/banheiro e incentivar os membros da sua família a usá-lo sempre que lavem a cabeça.
- pentear diariamente com um pente de dentes finos e um condicionador branco para cabelo, para se livrar dos piolhos e seus ovos (lêndeas).

