# Projeto Escola da Diversidade

# Cartilha do Professor

## Educando Funções Executivas e Metacognição

2014

Instituto Glia
Cognição & Desenvolvimento

*Se fosse ensinar a uma criança a beleza da música*
*não começaria com partituras, notas e pautas.*
*Ouviríamos juntos as melodias mais gostosas*
*e lhe contaria sobre os instrumentos que fazem a música.*
*Aí, encantada com a beleza da música,*
*ela mesma me pediria que lhe ensinasse*
*o mistério daquelas bolinhas pretas escritas sobre cinco linhas.*
*Porque as bolinhas pretas e as cinco linhas*
*são apenas ferramentas para a produção da beleza musical.*
*A experiência da beleza tem de vir antes".*

***Rubem Alves***

# Sumário


| | |
|---|---|
| Prefácio | 4 |
| Introdução | 5 |
| Modelo de dinâmica das atividades | 5 |
| O que é metacognição? | 6 |
| Objetivar | 7 |
| Planejar | 8 |
| Organizar | 9 |
| Iniciar | 10 |
| Focar | 11 |
| Perseverar | 12 |
| Monitorar | 13 |
| Flexibilizar | 14 |
| Inibir | 15 |
| Regular | 16 |
| Operacionalizar | 17 |
| Estratégias para estudar | 18 |
| Estratégias para escutar | 21 |
| Estratégias para anotar | 22 |
| Estratégias para ler e compreender | 23 |
| Estratégias para redigir e pesquisar | 27 |
| Estratégias para se preparar e fazer provas | 29 |
| Bibliografia | 31 |

# Prefácio

O Projeto Escola da Diversidade foi desenvolvido pela equipe do Instituto Glia de Consultoria em Neurociências. Trata-se de um programa em que conhecimentos científicos de vanguarda sobre o cérebro e o comportamento infantil, são aplicados com o objetivo de aperfeiçoar o desenvolvimento psíquico e desempenho escolar da criança. Nesse programa pais e professores são capacitados a estimular a criança em sua singularidade para que se desenvolva plenamente.

Nessa cartilha encontram-se orientações dirigidas aos professores para serem aplicadas no dia a dia da criança na escola, estimulando funções executivas e metacognição. Outra cartilha foi desenvolvida para pais e professores com recomendações educacionais para estimulação de funções executivas e resiliência.

Além das cartilhas o programa disponibiliza dois vídeos sobre os temas aqui abordados que podem orientar os pais e professores na aplicação das recomendações propostas.

Um programa de capacitação de professores realizado de forma presencial pelos profissionais do Instituto Glia, bem como de monitoramento das intervenções propostas podem ser contratados adicionalmente.

Um agradecimento especial à Psicopedagoga Milena Fernandes Mata, graduanda em Psicologia, cuja dedicação, paciência e prospecção cuidadosa da literatura a qualifica como autora principal dessa cartilha.

A equipe do Instituto Glia espera que essas informações sejam de grande utilidade para pais e educadores, sobretudo aqueles que "desejam que seus filhos e alunos tenham controle sobre suas vidas e não que a vida tenha controle sobre eles".

*Dr. Marco Antônio Arruda*
*Neurologista da Infância e Adolescência*
*Mestre e Doutor em Neurologia pela Universidade de São Paulo*
*Coordenador do Projeto Escola da Diversidade*
*Diretor do Instituto Glia*
*CRM 55.157*

*Ribeirão Preto, 09 de julho de 2014*

# Cartilha do Professor da Escola da Diversidade

# Educando Funções Executivas e Metacognição

## Introdução

Na Cartilha dos Pais e do Professor e no vídeo 1, vimos o que são funções executivas (FE), como estão intrinsecamente presentes em nosso dia a dia, sua importância no aprendizado e regulação das emoções e do comportamento, bem como quais estratégias podem ser aplicadas para estimulá-las no dia a dia da criança em casa.

Nessa Cartilha do Professor apresentamos as funções metacognitivas (FM) e um programa para estimulação conjunta dessas importantes habilidades mentais no dia a dia da criança na escola.

As estratégias aqui apresentadas foram desenvolvidas para crianças do Ensino Fundamental I, no entanto, podem ser facilmente adaptadas para outras etapas de ensino com a experiência, criatividade e habilidade didática do professor.

O programa se divide em duas etapas:

- Educando Funções Executivas (11 semanas);
- Educando Metacognição (6 semanas);

A primeira etapa consiste em atividades a serem desenvolvidas em sala de aula com duração de uma semana para cada uma das onze FE: objetivar, planejar, organizar, iniciar, focar, perseverar, monitorar, flexibilizar, inibir, regular e operacionalizar (da 1ª à 11ª semana).

A segunda etapa consiste em atividades a serem desenvolvidas em sala de aula com duração de uma semana para cada uma das seis FM, quais sejam, estratégias de estudar, escutar, anotar, ler e compreender, redigir e pesquisar, e fazer provas (da 12ª à 17ª semana).

Todas essas atividades de FE e FM deverão ser direcionadas e integradas para a execução de um projeto de longo prazo que inicia na primeira semana e termina com a apresentação dos grupos na 18ª e última semana do programa.

A duração diária proposta para as atividades é de 30 minutos, no entanto, o programa deve ser aplicado de forma bastante flexível, contemplando a realidade de cada escola e sala de aula.

## Modelo de dinâmica das atividades

### A seguir a dinâmica que conduz as atividades aqui propostas.

***Começa o programa:***

- 1º dia do programa. No primeiro dia do programa o professor deve inicialmente apresentar as razões que motivam a sua aplicação, a importância dessas funções em conjunto no desenvolvimento da criança, seu bem estar emocional e desempenho acadêmico. Deve ser transmitida, de forma clara e objetiva, a ideia de que estarão sendo construídas ali, ferramentas que a criança utilizará em toda sua vida. A duração do programa, os tópicos de cada semana e a dinâmica a ser seguida em cada atividade devem também ficar bem definidos. A partir dessa introdução, o professor deve estimular a participação dos alunos em um debate aberto com comentários, opiniões e dúvidas, bem como eventuais ajustes propostos pelos alunos que sejam necessários para o sucesso do programa.
- 2º dia do programa. Nesse segundo dia o professor deverá apresentar aos alunos uma lista de sugestões de projetos a serem por eles desenvolvidos ao longo do programa. Os projetos poderão contemplar tópicos do currículo escolar, pesquisa, tópicos extracurriculares de interesse dos alunos ou até mesmo ações solidárias na comunidade em que a escola encontra-se inserida. Usando um termo já conhecido do alunado e que se reveste de importância para todos, denominaremos esse projeto de longo prazo por Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Ao final do projeto e apresentação do TCC o aluno receberá um certificado de conclusão do curso de treinamento em funções executivas e metacognição!
- 3º dia do programa. Esse dia deve ser reservado para a criação dos grupos de trabalho. O professor deve conduzir essa atividade de forma que os grupos fiquem equilibrados, heterogêneos em si e homogê-

neos no todo. Os grupos renderão mais na medida em que contarem com alunos diversos em suas habilidades. Esse tipo de atividade proporciona uma gama tão ampla de interações entre os alunos que tende a favorecer o desenvolvimento de todos.

• 18ª semana do programa. Essa última semana deve ser reservada para as apresentações do TCC pelos grupos, ampla discussão dos conhecimentos adquiridos, como eles modificaram hábitos e condutas dos alunos em casa e na escola, o que deveria ser mudado no programa e que outras habilidades por ventura os alunos gostariam de aprender a desenvolver. Essa discussão horizontal do programa e seu impacto na vida de cada um são fundamentais para que o professor aperfeiçoe o programa ano a ano tornando-se um verdadeiro mestre escultor de cérebros capazes em importantes habilidades mentais.

***Começam as semanas de atividades:***

• 1º dia da semana. **Apresentar.** Nesse primeiro dia de cada semana de atividade, o professor deve inicialmente apresentar a habilidade a ser desenvolvida naquela semana, como vimos são onze FE e seis FM. Em seguida deve estimular os alunos a tentarem definir aquela habilidade anotando na lousa suas opiniões. O professor aqui deve concluir a definição daquela habilidade.

• 2º dia da semana. **Identificar.** Nesse dia o professor deve iniciar a atividade exemplificando de que forma aquela habilidade entra em ação no seu dia a dia como adulto. Em seguida deve abrir a discussão para que os alunos façam o mesmo, reforçando para eles a importância dessa habilidade em nossas vidas, bem como as possíveis consequências negativas decorrentes de não exercermos aquela habilidade. Os alunos podem trazer exemplos de pessoas do seu convívio ou personagens da história com alto ou baixo desempenho naquela habilidade.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor mostra que estratégias utilizaria para colocar em prática aquela habilidade no seu dia a dia (descritas mais adiante) e pede para que os alunos proponham alternativas.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe uma prática daquela habilidade junto aos alunos, auxiliando-os a identificar as dificuldades, resolver as dúvidas e propor alternativas.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Dar autonomia aos alunos em grupo para aplicarem aqueles novos conhecimentos no projeto de TCC que estão desenvolvendo.

• Nesse dia o professor, auxiliado pelos alunos, afixa a lâmina correspondente à função executiva ou metacognitiva desenvolvida naquela semana em um lugar bem visível na classe, servindo de referência permanente para o restante do ano.

Os professores, as escolas e as salas de aula são tão diversos quanto os alunos que atendem. Dessa forma, o professor deve adequar a dinâmica a sua forma de conduzir as atividades em sala de aula e transmitir as informações, bem como à realidade de sua escola e sala de aula. As dinâmicas aqui propostas devem servir apenas como um guia para estruturação adequada do programa de intervenção.

## O que é metacognição?

Para o sucesso das ações, as FE precisam estar em sintonia como músicos em uma orquestra ou jogadores em um time. Para isso temos processos mentais paralelos de monitoramento dessas funções que chamamos de metacognição. Através de estratégias metacognitivas conseguimos observar, refletir, avaliar e ajustar nossas FE em relação à demanda apresentada pelas tarefas.

Essas estratégias vão sendo aprendidas e desenvolvidas com o tempo e na medida em que isso acontece, elas se tornam cada vez mais conscientes e complexas.

Na sala de aula ou no estudo em casa, as estratégias metacognitivas viabilizam habilidades fundamentais de: prestar atenção de maneira proposital em conteúdos importantes, selecionar e gerenciar estratégias necessárias para entender, memorizar e evocar informações, identificar os objetivos da aprendizagem e atribuições, planejar e organizar a atividade antes de iniciá-la, avaliar a qualidade dos progressos frente ao objetivo comparando-os aos pré-estabelecidos, revisar o que está sendo feito, flexibilidade nas tarefas, além da gestão do tempo para o término da tarefa no prazo programado. De maneira geral, essas habilidades levam a regulação, direcionamento de aprendizagem e produção intencional, construindo uma noção de como se aprende e propiciando a possibilidade de"aprender a aprender".

Alunos com boas habilidades metacognitivas desenvolvem estratégias adequadas para estudar, escutar, anotar, ler, compreender, redigir, pesquisar e fazer provas. Quanto mais cedo as FEs forem estimuladas e desenvolvidas na criança, maior a probabilidade de sucesso acadêmico, regulação emocional e controle comportamental.

É fundamental a estimulação de uma postura reflexiva sobre o processo de aprendizagem. Ensinar a criança a ter consciência de como ela aprende lhe dá um papel ativo em sua aprendizagem e fornece a possibilidade de autonomia.

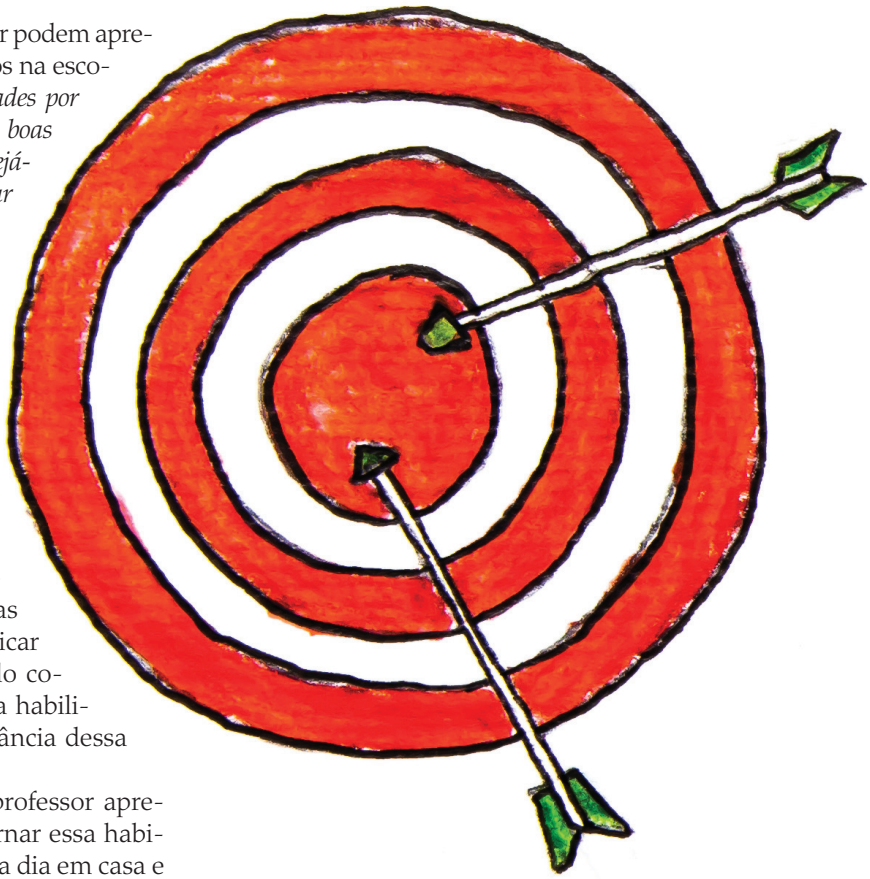
Essa cartilha tem o intuito de fornecer recomendações que propiciem o desenvolvimento das FE frente à diversidade de uma sala de aula. Pensando nessa diversidade e, visando a promoção do desenvolvimento

ao alcance de todos os alunos, consideramos a metacognição ferramenta básica para a relação ensino-aprendizagem. Um ensino efetivo ocorre a medida que conhecemos as especificidades daqueles a quem ensinamos e uma aprendizagem efetiva acontece quando temos consciência de nossas habilidades e dificuldades, e de como aprendemos.

Na Cartilha dos Pais e do Professor e nos vídeos, o professor encontra a definição de cada uma das FE, sua importância em casa, na escola e na vida, bem como quando suspeitar que uma criança apresente poucas habilidades de FE. Aqui nos deteremos em exemplos de poucas habilidades de FE na escola e na descrição sumária das dinâmicas a serem aplicadas.

# 1. Objetivar

Crianças com dificuldades de objetivar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Executa as atividades por impulso, sem saber ao certo por que"; "Tem boas ideias, mas não consegue organizá-las, planejá-las, colocá-las no papel"; "Não sabe procurar fontes adequadas para realizar uma tarefa".*



**Como exposto anteriormente, as dinâmicas seguem ao longo da semana com objetivos claros para cada dia:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de objetivar e defini-la juntamente com os alunos.

• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de objetivar no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta habilidade de objetivar. Identificar a importância dessa habilidade no estudo e aprendizado.

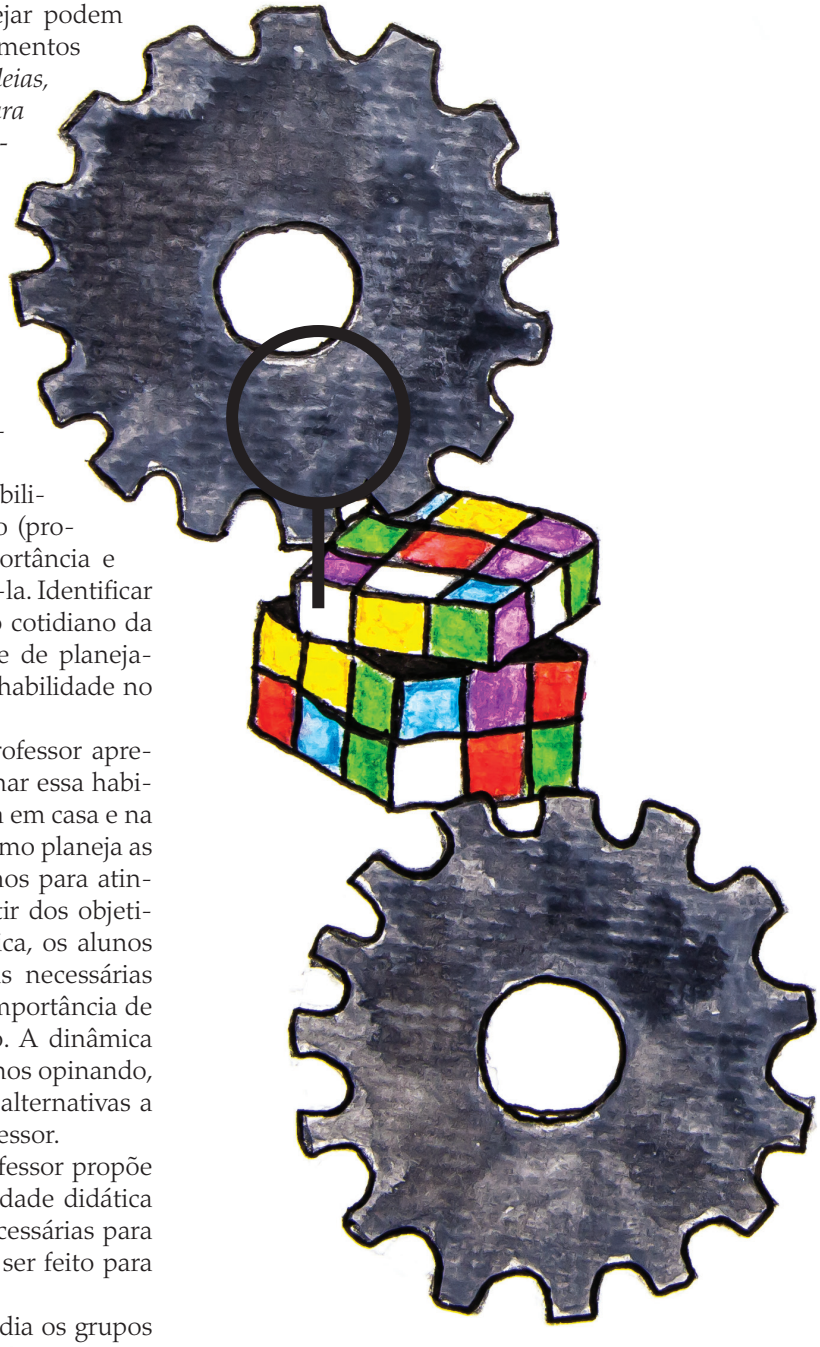
• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de objetivar bem atuante no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) apresentando os objetivos que ele estabelece em diferentes atividades didáticas que propõe aos alunos e como isso é estabelecido; b) apresentando uma atividade didática para que os alunos identifiquem qual o objetivo; c) distinguir objetivos de curto, médio e longo prazo na vida diária e na escola. A dinâmica prevê aqui a interação contínua dos alunos opinando, colaborando com exemplos, propondo alternativas a partir do modelo apresentado pelo professor.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos que desenvolvam uma atividade didática estabelecendo claramente os objetivos a serem atingidos. O mesmo pode ser feito para uma atividade diária extraescolar.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para definir e delimitar o objetivo ou objetivos do TCC.

# 2. Planejar

Crianças com dificuldades de planejar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Tem boas ideias, mas não consegue estabelecer estratégias para realizá-las"; "Mostra dificuldades em ordenar suas ideias ao redigir"; "Tem dificuldade de realizar tarefas que exigem mais de uma etapa para sua execução"; "Não tem boa noção do tempo necessário para realizar determinada tarefa".*



**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de planejar e defini-la juntamente com os alunos.

• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de planejar no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta habilidade de planejamento. Identificar a importância dessa habilidade no estudo e aprendizado.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de planejar bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) apresentando como planeja as diferentes atividades didáticas dos alunos para atingir os objetivos estabelecidos; b) a partir dos objetivos traçados para uma atividade didática, os alunos identificarem quais as possíveis etapas necessárias para atingi-los; c) definir e destacar a importância de priorizar no processo de planejamento. A dinâmica prevê aqui a interação contínua dos alunos opinando, colaborando com exemplos, propondo alternativas a partir do modelo apresentado pelo professor.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos que desenvolvam uma atividade didática estabelecendo claramente as etapas necessárias para se atingir os objetivos. O mesmo pode ser feito para uma atividade diária extraescolar.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para estabelecer o planejamento do TCC: as etapas a serem cumpridas, os recursos e fontes de pesquisa necessárias, o cronograma de trabalho e as prioridades. Talvez seja necessário tempo extra para a execução dessa dinâmica.

# 3. Organizar

Crianças com dificuldades de organizar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"A carteira está sempre desorganizada"; "Se esquece de levar tarefas de casa e trabalhos para a escola, mesmo tendo feito eles"; "Não encontra o que precisa na sala de aula ou na sua carteira"; "Larga seus pertences espalhados por onde anda, pela sala de aula e escola"; "Deixa tudo bagunçado e os outros precisam arrumar"; "É desleixado nos trabalhos e na caligrafia"; "Não termina a atividade em tempo"; "É desastrado com seus pertences, canetas, lápis, borrachas caem no chão a todo o momento".*

**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de organizar e defini-la juntamente com os alunos. É importante que apresente aos alunos as modalidades que envolvem a habilidade de organização, ou seja, organização de materiais, de ideias e do tempo.

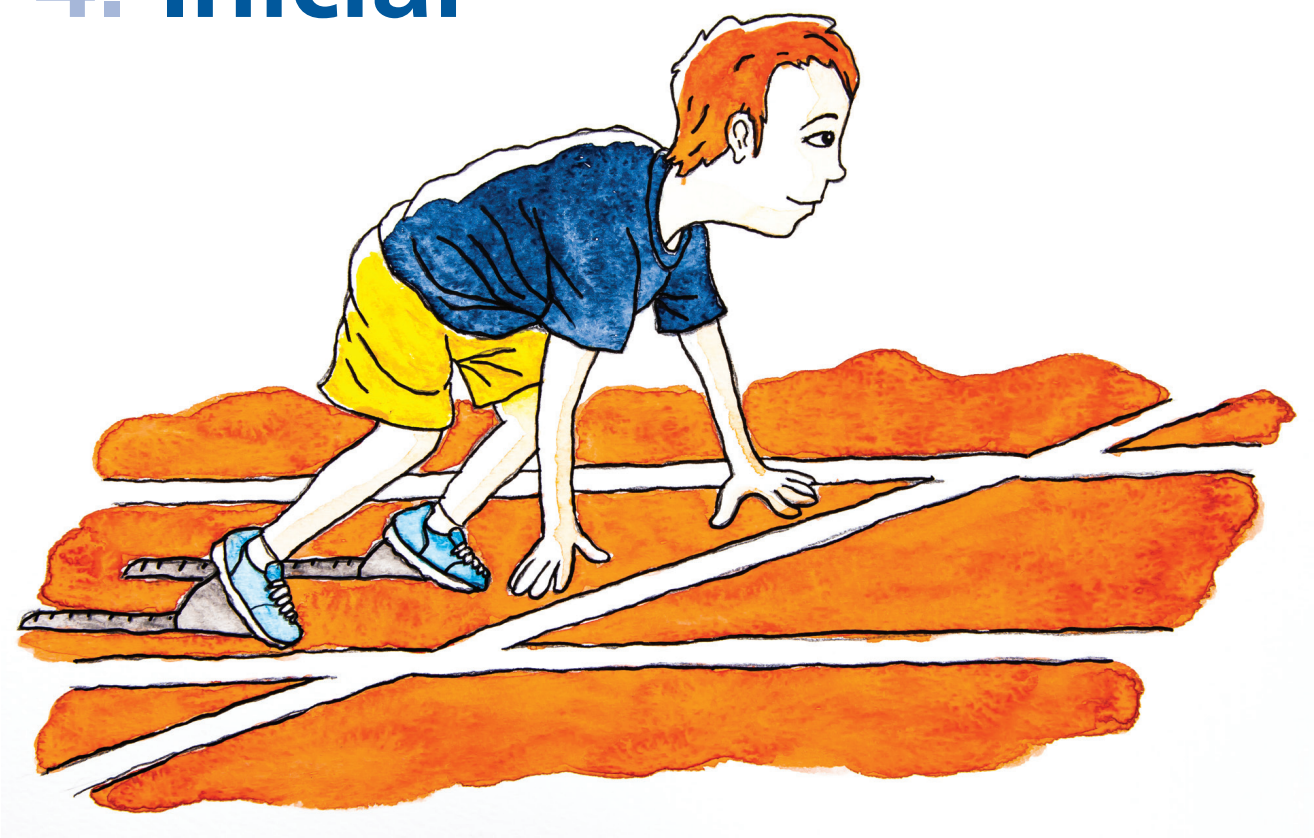
• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de organizar no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta habilidade de organização. Identificar a importância dessa habilidade no estudo e aprendizado.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de organizar bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) apresentando como organiza as diferentes atividades didáticas dos alunos dentro do planejamento para atingir os objetivos estabelecidos; b) a partir dos objetivos e planejamento traçados para uma atividade didática, os alunos identificarem que ações de organização são necessárias para atingi-los; c) dar exemplos de organização de materiais, ideias e tempo no seu dia a dia em casa e na escola. A dinâmica prevê aqui a interação contínua dos alunos opinando, colaborando com exemplos, propondo alternativas a partir do modelo apresentado pelo professor.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos que desenvolvam uma atividade didática estabelecendo claramente as ações de organização necessárias para o planejamento e objetivos previamente estabelecidos. O mesmo pode ser feito para uma atividade diária extraescolar.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para definir as ações necessárias de organização para cumprir o planejamento e atingir os objetivos do TCC: organização das ideias, materiais e tempo durante as diferentes atividades a serem executadas para se atingir os objetivos.

# 4. Iniciar



Crianças com dificuldades de iniciar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Para iniciar uma atividade precisa de um "empurrão", alguém que tome a iniciativa para ele"; "Inicia suas tarefas na última hora"; "Não toma iniciativa".*

**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de iniciar e defini-la juntamente com os alunos.

• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de iniciar no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem pouca habilidade de iniciar. Identificar a importância dessa habilidade no estudo e aprendizado.

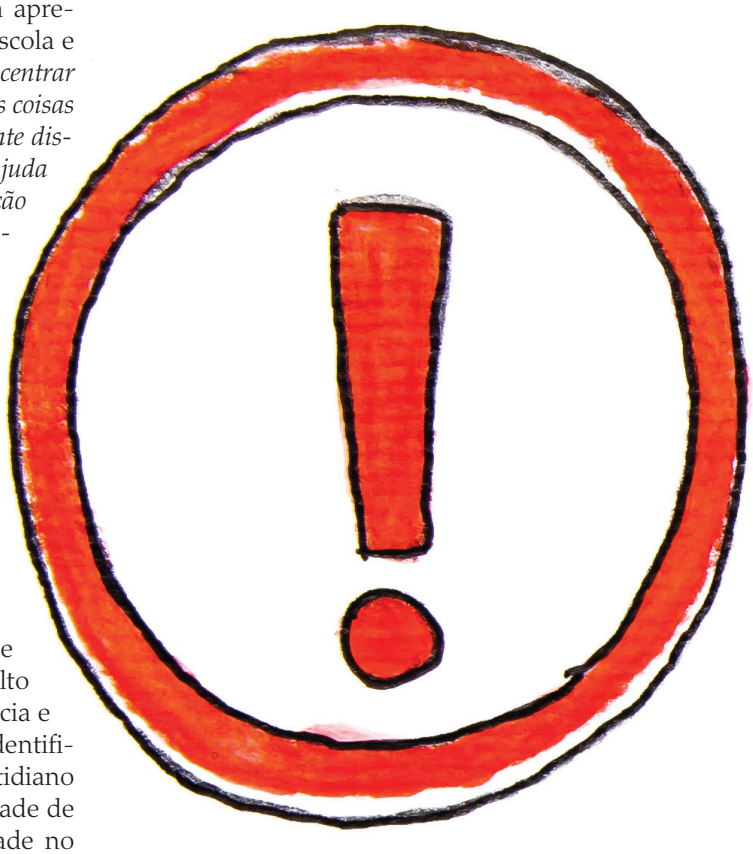
• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta quais estratégias utiliza para iniciar suas atividades no dia a dia em casa e na escola, mesmo quando está com pouca energia ou motivação, o que pensa e como se regula nesses momentos. Todos nós temos momentos de pouca iniciativa e isso precisa ficar claro para todos os alunos, o importante é a discussão em torno disso, as possíveis causas e consequências e as alternativas que se apresentam para driblar essa "preguiça"! A dinâmica prevê aqui a interação contínua dos alunos opinando, colaborando com exemplos, propondo alternativas a partir do modelo apresentado pelo professor. Rituais de sala de aula que explorem a emoção são ferramentas muito úteis para estimular o iniciar, aquele momento especial de descontração e preparação para a concentração. Esse ritual pode ser de ouvir uma música, cantar jingles, alguém contar uma piada ou charada, bater palmas ou assoviar.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor pede para que os alunos proponham e votem diferentes rituais de iniciação para diferentes dias da semana ou atividades didáticas. É um bom momento também para os alunos trocarem experiências sobre quais estratégias ou rituais de iniciação utilizam para as diversas tarefas diárias. A consciência dos rituais torna a importância do iniciar algo objetivo e consciente.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Com os objetivos traçados e o planejamento e organização definidos, é hora de arregaçar as mangas e começar! Nesse dia, após o ritual combinado no dia anterior, os grupos se reúnem para iniciar a execução do TCC. Mãos à obra!

# 5. Focar

Crianças com dificuldades de focar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Tem dificuldades para se concentrar em tarefas e trabalhos escolares"; "Se você pede três coisas para ele buscar, se esquece de alguma"; "É facilmente distraído por sons e outros estímulos"; "Necessita da ajuda e monitoramento do professor para prestar atenção em uma atividade"; "Se distrai com muita facilidade"; "Tem dificuldade de se manter concentrado por tempo mais prolongado".*



**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de focar e defini-la juntamente com os alunos. É importante que apresente aos alunos as diferentes modalidades de atenção como exposto na Cartilha dos Pais e do Professor, quais sejam, atenção seletiva, alternada e capacidade de manutenção da atenção ao longo do tempo.

• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de focar (prestar atenção) no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta e baixa habilidade de focar. Identificar a importância dessa habilidade no estudo e aprendizado.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de focar bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) a importância de dedicar a mente a uma tarefa de cada vez, evitando multitarefas; b) como evitar distrações a partir da persistência do pensamento no alvo da tarefa; c) como evitar distrações com objetos da carteira, sons ou estímulos visuais na sala de aula e no local das tarefas em casa. A dinâmica prevê aqui a interação contínua dos alunos contando como se distraem e como evitam a distração.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe que os alunos fechem seus olhos por um minuto e tentem não pensar em nada. Ao abrirem os olhos contem quantos pensamentos diferentes passaram por suas mentes. Em seguida façam o mesmo exercício focando em apenas um pensamento de sua escolha. Ao abrir os olhos novamente contem quantos outros pensamentos invadiram sua mente. No exercício seguinte o objetivo é tornar que cada pensamento "invasor" dure o menor tempo possível, o que pode ser conseguido com uma locução interna da criança dizendo ao pensamento, por exemplo, "Oi, obrigado e tchau!". Nos exercícios subsequentes o objetivo será reduzir o número de pensamentos "invasores" de forma gradual e progressiva. O professor deve propor aos alunos que assim se exercitem em casa, sobretudo antes de iniciar as tarefas. Aliás, esse pode ser até o próprio ritual de iniciação para atividades em casa e na escola. O professor deve também contar com a criatividade de seus alunos pedindo que eles mesmos criem exercícios para melhorar a habilidade de focar.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para continuar a execução do TCC com ênfase nas estratégias de focar do grupo, como a dinâmica de cada grupo que deve ser de forma a evitar distratores durante as atividades.

# 6. Perseverar

Crianças com dificuldades de perseverar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Tem dificuldade de realizar tarefas que exigem mais de uma etapa para sua execução"; "Necessita da ajuda e monitoramento do professor para perseverar e terminar uma atividade"; "Deixa tarefas de casa e atividades de sala de aula incompletas"; "Tem dificuldade para finalizar tarefas e atividades"; "Não tenta resolver um problema antes de pedir ajuda ao professor".*

**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de perseverar e defini-la juntamente com os alunos.

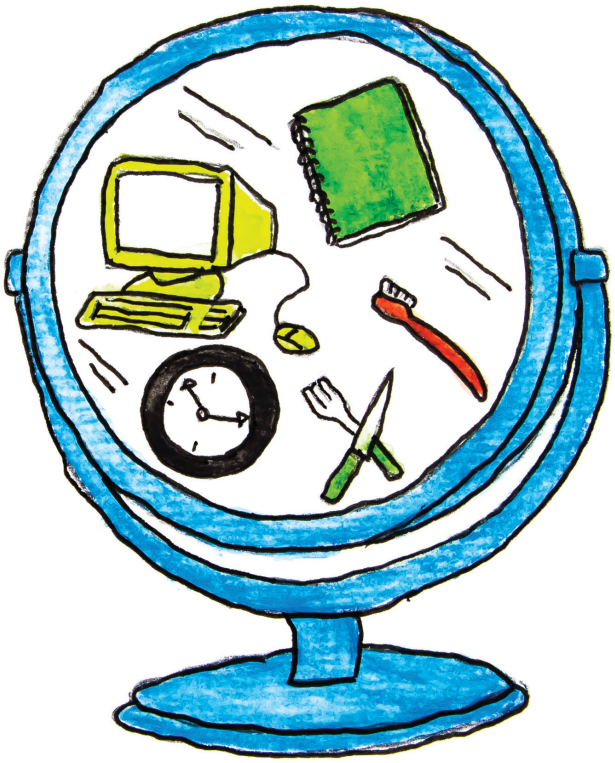
• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de perseverar no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história (oportunidade muito rica para desenvolver conteúdos de História) ou do cotidiano da criança que apresentem alta e baixa habilidade de perseverar. Identificar a importância dessa habilidade no aprendizado, controle comportamental e regulação emocional.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de perseverar bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) como identificar os obstáculos que se apresentam; b) como caracterizá-los (recurso material insuficiente, falta de conhecimento e/ou dificuldade de entendimento?); c) como elaborar metas para superar os obstáculos; d) como pensar de forma flexível buscando alternativas de resolução. A dinâmica prevê aqui a interação contínua dos alunos contando como perseveram ou desistem diante das dificuldades no estudo ou na vida diária.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe diferentes modalidades de dificuldades decorrentes de diferentes motivos, por exemplo: a) dificuldade de executar uma tarefa de casa por não saber como pesquisar (estratégias específicas de pesquisa são mostradas adiante nessa cartilha); b) dificuldade de interpretar um texto por não conhecer o significado de determinadas palavras (como utilizar um dicionário?); c) dificuldade de resolução de um problema de matemática por desatenção na execução da operação ou interpretação do enunciado. Em seguida, propõe aos alunos que explorem as possíveis alternativas para superar esses obstáculos. A consciência do obstáculo e sua caracterização ajuda o aluno a tornar conscientes as alternativas de resolução e a importância da perseverança.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para discutir os obstáculos encontrados até aquele momento na execução do TCC, bem como os que estão por vir. Devem caracterizá-los e desenvolver alternativas para sua resolução.

# 7. Monitorar



Crianças com dificuldades de se automonitorar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Não consegue avaliar adequadamente seu desempenho, sai de uma prova achando que foi muito bem quando, na verdade, foi muito mal"; "Não faz uma checagem final das suas tarefas ou provas"; "Necessita da ajuda e monitoramento do professor para perseverar e terminar uma atividade"; "Não percebe que seu comportamento está incomodando outras pessoas"; "Não tem boa noção do tempo necessário para realizar determinada tarefa"; "Tem dificuldade de perceber suas habilidades e fraquezas"; "Tem problemas quando não é supervisionado por um adulto"; "Não termina as atividades em tempo".*

**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de automonitorar e defini-la juntamente com os alunos.

• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de automonitorar no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta e baixa habilidade de automonitorar. Identificar a importância dessa habilidade no aprendizado, controle comportamental e regulação emocional.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de automonitorar bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) que estratégias utiliza para monitorar seu desempenho em termos de precisão, eficácia, velocidade e tempo (agendas, computador, relógio, etc.); b) a importância da "conversa interior", um processo de "auditoria interna" dos pensamentos e ações pelo qual a criança aperfeiçoa sua habilidade de automonitorar.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos as seguintes atividades: a) um jogo de identificação de diversas expressões faciais: desaprovação, aprovação, dúvida, surpresa, repulsa, tristeza, felicidade, euforia, etc. (Teoria da Mente); b) exercício de "conversa interior" com os olhos fechados, seguido de discussão da experiência de cada um.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para avaliar o andamento do TCC e eventuais ajustes de rota para que os objetivos e etapas intermediárias sejam atingidos nas datas programadas.

# 8. Flexibilizar

Crianças com dificuldades de flexibilizar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Fica transtornado com mudança de planos"; "Não mostra criatividade para resolver problemas"; "Não pede ajuda quando precisa"; "Se apega a detalhes sem importância e não percebe o todo"; "Vê a árvore, mas não vê a floresta"; "Não aceita desapontamentos nem repreensões"; "Resiste ou tem dificuldade em aceitar uma forma alternativa de resolver uma tarefa ou trabalhos escolares"; "Tudo tem que ser do seu jeito"; "Tem dificuldade de pensar em um jeito diferente de resolver um problema".*

**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de flexibilizar e defini-la juntamente com os alunos. Seria oportuno que aqui também fosse discutido o conceito de resiliência apresentado na Cartilha dos Pais e do Professor.

• 2º dia da semana. **Identificar** as habilidades de flexibilidade e resiliência no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-las. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem altas e baixas habilidades de flexibilidade e resiliência. Identificar a importância dessas habilidades no aprendizado, controle comportamental e regulação emocional.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de flexibilizar bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) que estratégias utiliza para pensar e comportar-se de forma flexível; b) como um mesmo problema pode se apresentar de formas diversas; c) como um mesmo problema pode ser resolvido de diversas formas; d) a importância de um plano B para driblar surpresas de última hora, frustrações e dificuldades que se apresentam; e) como identificar o todo e não se restringir apenas à parte; enxergar a floresta e não apenas a árvore!

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos as seguintes atividades: a) um jogo de identificação de "florestas" e "árvores" em tópicos ou mesmo textos a serem trabalhados no currículo escolar; b) o mesmo deve ser feito com temas de grande interesse do alunado; c) dramatização de cenas criadas pelos grupos que refletem habilidades de flexibilizar e ser resiliente; d) ensaio comportamental *(role-play)* em que o professor dramatiza uma situação em que o aluno precisa ser flexível e resiliente e ele encena como deveria ser sua reação.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para avaliar e discutir de que forma precisaram até ali ser flexíveis e resilientes na execução do TCC.

# 9. Inibir

Crianças com dificuldades de se inibir podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Não pensa antes de falar ou agir"; "Não aceita desapontamentos nem repreensões"; "Perde o controle mais do que os outros alunos"; "Fala e brinca de forma barulhenta e nos momentos errados"; "Tem problemas quando não é supervisionado por um adulto"; "Não pensa nas consequências dos seus atos"; "Tem dificuldade de esperar sua vez"; "Mesmo sabendo a resposta, erra questões nas provas por descuido, impulso ou desatenção"; "É repetitivo, fala e pede repetidamente a mesma coisa"; "É desastrado com seus pertences, canetas, lápis, borrachas caem no chão a todo o momento".*

### As dinâmicas propostas:

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de inibir e defini-la juntamente com os alunos. Seria oportuna aqui a comparação do cérebro a um carro, contando com circuitos responsáveis pelas ações (acelerador), sua modulação (embreagem) e inibição (breque). Outro conceito a ser trabalhado é o das dimensões dessa habilidade, quais sejam, a inibição do comportamento e do pensamento, essa última de importância fundamental para a atenção (focar).

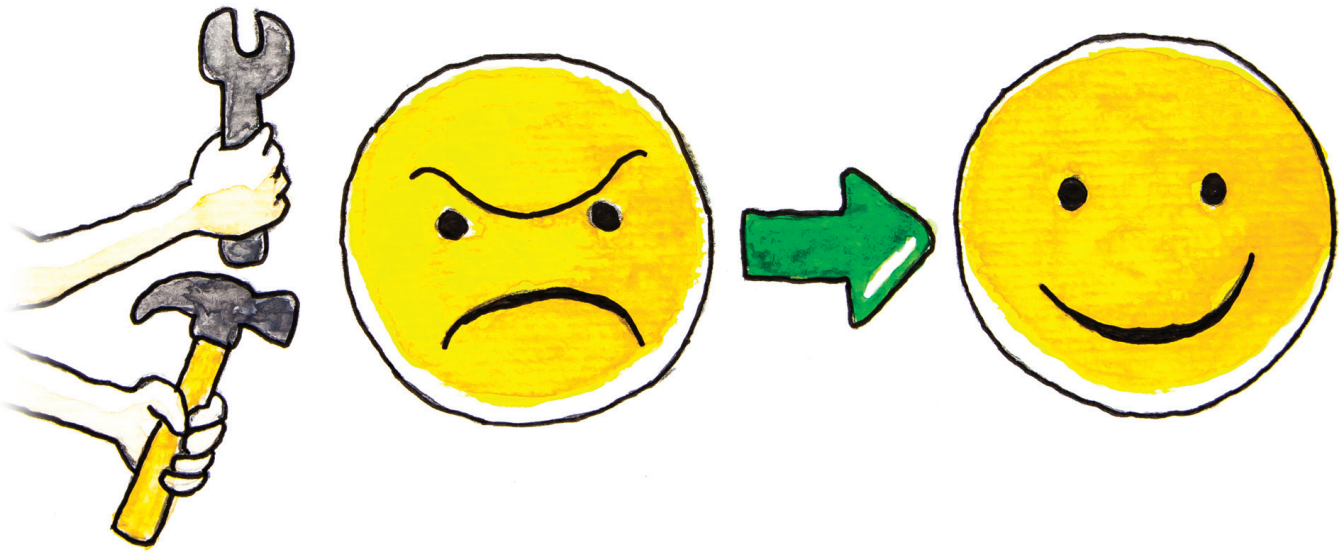
• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de inibição no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta e baixa habilidade de inibição do comportamento. Identificar a importância dessa habilidade no aprendizado, controle comportamental e regulação emocional.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de inibir bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) que estratégias utiliza para inibir seu comportamento e pensamento; b) a importância de automonitorar seus comportamentos e pensamentos, bem como monitorar o comportamento dos outros para antecipar reações apropriadas e adequadamente inibidas; c) a importância de ter o pensamento flexível para inibir comportamentos e pensamentos indesejáveis.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos as seguintes atividades: a) um jogo de treinamento de inibição como o mostrado no vídeo em que os alunos devem se levantar da carteira e bater palmas quando o professor falar o número 3, no entanto, o professor, para desencadear uma reação não inibida, fala 1 e 2 e em seguida bate palmas, sem falar o número 3; b) brincadeiras como "stop", "vaca amarela fez aquilo na panela, quem falar primeiro...", estátua, etc. estimulam a inibição motora; c) dramatização de cenas criadas pelos grupos que refletem a habilidade de inibir; d) ensaio comportamental *(role-play)* em que o professor dramatiza uma situação em que o aluno precisa ser hábil em inibir seu comportamento e pensamento, encenando de forma improvisada uma reação adequada.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para avaliar e discutir de que forma precisaram até ali inibir comportamentos e pensamentos na execução do TCC.

# 10. Regular



Crianças com dificuldades de regular sua emoções podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Faz tempestade em copo d'água"; "Reage excessivamente a pequenos problemas"; "Muda de humor com facilidade e à toa"; "Tem dificuldade de perceber suas habilidades e fraquezas"; "Explode quando fica contrariado"; "Sempre está irritado ou de mal humor"; "Quando feliz não consegue se conter e acaba incomodando os outros".*

**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** a habilidade de regular as emoções e defini-la juntamente com os alunos. Seria também oportuna aqui a comparação do cérebro com um carro, destacando a importância da embreagem, modulando o comportamento de forma proporcional e adequada a cada situação. A regulação das emoções talvez seja a função executiva de maior desafio para o treinamento e desenvolvimento. Isso deve ser explorado amplamente na discussão com os alunos de forma que eles contribuam com suas opiniões e experiências. A simples conscientização desse contexto já ajuda a tornar consciente a necessidade e o desafio de se autorregular.

• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de regular as emoções no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta e baixa habilidade de regulação das emoções. Identificar a importância dessa habilidade no aprendizado, na vida social e bem estar mental.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de regular bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) que estratégias utiliza para regular suas emoções; b) a importância de automonitorar suas emoções e perceber as emoções do outro (teoria da mente) para melhor regular suas emoções e comportamentos; c) a importância de ter o pensamento flexível para regular adequadamente suas emoções.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos as seguintes atividades: a) dramatização de cenas criadas pelos grupos que refletem a habilidade de regulação emocional e comportamental; b) ensaio comportamental *(role-play)* em que o professor dramatiza uma situação em que o aluno precisa ser hábil em regular suas emoções e comportamentos, encenando de forma improvisada reações adequadas.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para avaliar e discutir de que forma precisaram até ali regular suas emoções e comportamentos para conduzir o TCC.

# 11. Operacionalizar

Crianças com dificuldades de operacionalizar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula: *"Perde seus pertences, o lanche, as tarefas de casa, etc."; "Se você pede para a criança buscar algumas coisas, sempre se esquece de alguma"; "Se esquece de levar tarefas de casa e trabalhos para a escola, mesmo tendo feito eles"; "Tem dificuldade de realizar tarefas que exigem mais de uma etapa para sua execução"; "Tem dificuldade para finalizar tarefas e atividades"; "Não faz anotações adequadas"; "Tem dificuldade para lembrar-se das coisas, mesmo após poucos minutos"; "Não encontra o que precisa na sala de aula ou na sua carteira"; "Tem dificuldade de se manter concentrado por tempo mais prolongado".*

**As dinâmicas propostas:**

• 1º dia da semana. **Apresentar** e definir a habilidade de operacionalizar com a colaboração dos alunos. A habilidade de manter informações na mente e usá-las enquanto realiza alguma tarefa, encontra vários exemplos na vida diária, especialmente na vida escolar. A partir da explicação dos subtipos de memória operacional (ou também chamada de memória de trabalho), verbal e visuoespacial, o aluno terá maior facilidade de entender como ela é importante para o aprendizado e desempenho escolar. Maiores detalhes sobre essa importante função executiva encontram-se na Cartilha dos Pais e do Professor. É oportuno que o aluno compreenda que esse tipo de memória depende fundamentalmente da atenção e, quando bem consolidada, será transferida para outros circuitos cerebrais e transformada em memória de longo prazo.

• 2º dia da semana. **Identificar** a habilidade de operacionalizar no dia a dia do adulto (professor) e da criança (alunos), sua importância e consequências negativas em não exercê-la. Identificar pessoas, personagens da história ou do cotidiano da criança que apresentem alta e baixa habilidade de operacionalização. Identificar a importância dessa habilidade no aprendizado, na vida social e bem estar mental.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor apresenta estratégias que utilizaria para tornar essa habilidade de operacionalizar bem ativa no dia a dia em casa e na escola. Por exemplo: a) que estratégias utiliza para operacionalizar; b) uso de agenda, *check-lists*, celular, relógio, alarmes, etc.; c) uso de pistas visuais como quadros, sinais, *post-its*, etc.; d) uso de associações de informações, acrônimos, acrósticos, rimas e outros recursos metacognitivos que veremos adiante.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe aos alunos as seguintes atividades: a) jogos que explorem memórias de curto prazo (gravar um número de telefone, uma sequência de nomes, um verso, etc.) e operacional (pedir para um aluno ir buscar 10 itens na biblioteca enquanto o outro busca outros 10 na secretaria); b) gincanas da memória (onde as equipes se enfrentam em uma disputa de integração); c) ensaio comportamental *(role-play)* em que o professor cria uma encenação em que o aluno precisa ser hábil em operacionalizar (por exemplo, alunos distribuídos em grupos como se estivessem em um restaurante onde outros alunos seriam os garçons, cada mesa fazendo vários pedidos ao mesmo tempo para vários garçons, eles sem poder anotar nada e tendo que correr para trazer os pedidos da cozinha). Muita criatividade pode ser utilizada com brincadeiras e jogos que, certamente, vão estimular a memória operacional de todas as crianças, sejam aquelas com dificuldades, sejam as com habilidade. O progresso de todas deve ser celebrado!

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Nesse dia os grupos se reúnem para avaliar e discutir de que forma precisaram até ali operacionalizar para conduzir o TCC.

# 12. Estratégias de estudo

Frequentemente as crianças ouvem seus pais e professores falarem sobre a importância de estudar ou a máxima, absolutamente verdadeira para os conhecimentos atuais das Neurociências,"matéria dada, matéria estudada"! Mas será que a maioria dos alunos sabe o quê, quando e como estudar?

É comum alunos com disfunções executivas apresentarem dificuldades para estudar e se preparar para provas. Muitos não se lembram de estudar, deixam para estudar na última hora e não sabem o que estudar. Outros não conseguem focar, se organizar e planejar, não perseveram e sempre se sentem sobrecarregados com as demandas do estudo. Essa cadeia de eventos frequentemente leva ao fracasso escolar e baixa motivação com os estudos, em alguns pode gerar ansiedade de provas.

Orientar a criança sobre "quando" e "como" estudar melhora consideravelmente sua qualidade de estudo, principalmente quando as estratégias propostas forem adequadamente supervisionadas por pais e professores.

Crianças com poucas estratégias de estudo podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula:

• *Perde ou esquece onde guarda seus materiais, sua carteira na escola está sempre desorganizada e em casa não procura um lugar adequado para a rotina dos estudos. A todo o momento se levanta à procura do material necessário para o estudo ou atividade em questão.*

• *Não sabe por onde começar a estudar e perde tempo com aspectos de menor importância.*

• *Estuda em momentos que está cansado e em lugares barulhentos ou que facilitam a distração.*

• *Não consegue estudar no dia a dia, deixando sempre para a véspera da prova.*

• *Não consegue se motivar ao longo dos estudos que sempre se tornam algo penoso e muitas vezes inacabado.*

• *Não consegue perceber as pistas do professor sobre o que cairá na prova.*

• *Acha que entendeu a matéria explicada, mas falha ao ter que realizar a atividade sem ajuda, acaba desistindo rapidamente.*

• *Não consegue fazer associações entre os novos conteúdos e conhecimentos previamente adquiridos.*

• *Parece estudar de qualquer jeito ou sempre do mesmo jeito, sem automonitorar o que está fazendo e como está fazendo, não muda de estratégia quando necessário.*

• *Não possui estratégias de estudos como: explicar o que está aprendendo para outra pessoa, ler em voz alta, elaborar perguntas sobre o texto, grifar partes mais importantes, etc.*

• *Não consegue ou não realiza um plano de estudo, revisando se está no caminho certo enquanto estuda.*

• *Não consegue manejar o tempo ao longo do estudo, tarefas e provas.*

• *Costuma decorar as matérias para prova, mas poucos dias após já não se lembra do que estudou.*

• *Quer realizar tarefas com rapidez para terminar logo, ao invés de dividi-las em pequenas tarefas para melhor realização e automonitoramento, sem fazer pausas quando se apresenta cansado ou disperso.*

## Organização do espaço e material de estudo

Para muitas crianças com disfunções executivas o ato de manter o espaço de estudo de modo funcional e ter à mão todos os materiais essenciais para a execução das tarefas diárias é algo muito difícil, se tornando exercícios diários de frustração e desmotivação.

Os pais devem encorajar o estabelecimento de apenas um espaço para o estudo, com os materiais apropriados, bem organizados e com lugar para serem guardados. As crianças devem ser ensinadas a como manter esse seu espaço organizado. Se a criança, por

outro lado, fizer tarefas em diferentes ambientes (sala, cozinha, quarto, etc.) seus materiais se encontrarão espalhados, ficando mais fácil perdê-los.

O espaço de estudo não deve ter distratores que possam roubar a atenção da criança como TV, celular, tablet ou computador ligados para outro fim, animais de estimação, games, etc. Deve ser suficientemente silencioso, bem iluminado e ventilado.

## Estabelecendo uma rotina consistente

Quando as crianças fazem atividades escolares em qualquer hora do dia, sem ter um horário reservado diariamente para isso, tendem a encontrar maiores dificuldades para se acomodarem. Isso pode levá-las a se distraírem facilmente e evitar a atividade, alegando cansaço. Sendo assim, uma rotina com horário fixo para realização de atividades escolares em casa é essencial. Mesmo quando não houver atividades escolares, é importante que esse horário seja preenchido com uma leitura, escrita ou outra atividade relacionada.

## Auxiliando no manejo do tempo ao estudar

Como vimos, algumas crianças têm dificuldade em se automonitorar e organizar no tempo, seja para fazer provas, tarefas escolares, atividades em sala de aula ou outras atividades não escolares. Por isso, na hora de estudar é importante que seja instruída como dividir o tempo de estudo entre as diferentes disciplinas e como acompanhar se está obedecendo ao tempo pré-estabelecido. Para esse fim alarmes em relógio ou mesmo um despertador pode ser útil.

Em sala de aula o professor pode usar o recurso de colocar um pequeno símbolo, algo como uma estrela, no caderno do aluno durante a execução de atividades de sala de aula. Assim quando o aluno chegar às estrelas ele poderá avisar o professor, que passará a monitorar o tempo gasto e o progresso na sua atividade.

## Tarefas diárias, quando menos é mais

A tarefa de casa é importante para que os alunos construam hábitos e habilidades acadêmicas, mas é fato que quando não alinhadas ao perfil do aluno podem causar mais prejuízo que de fato ajudar. Pensando nisso, é importante que os professores tenham em mente os níveis de fadiga cognitiva e emocional dos alunos com disfunções executivas considerando as tarefas prescritas em sala, bem como as dificuldades que encontram em realizar as atividades e o tempo que gastaram em cada uma. Para esses alunos é importante a noção de que às vezes "menos é mais", selecionando atividades que priorizem a qualidade e não a quantidade. A tarefa que é dada para a sala toda pode ser diferenciada para os alunos com disfunções executivas.

## Segmentação

Crianças com dificuldades em FE tendem a antecipadamente desistir de tarefas mais extensas e de mais longo prazo. Para manter esses alunos num exercício de autorregulação é essencial reduzir sua sensação de frustração e ansiedade ao longo da realização da tarefa. A melhor maneira de fazer isso é segmentando trabalhos extensos e de longo prazo em trabalhos menores com prazos mais curtos. A cada etapa cumprida o aluno deve receber a devolutiva do professor de forma a ajustar seu desempenho nas etapas subsequentes.

## Atividades escolares de casa requerem o uso de todas FE

Algumas crianças, sobretudo aquelas com disfunções executivas, tendem a ver tarefas de casa, trabalhos e o próprio estudo diário como algo insuportável, outras conseguem administrar, e outras, ainda, sentem prazer e desafio. Nesse processo, acredite, entram em jogo TODAS as FE: objetivar, planejar, organizar, iniciar, focar, perseverar, monitorar, flexibilizar, inibir, regular e operacionalizar! Portanto, é um ótimo cenário para aprendizado e aperfeiçoamento de FE. Nesse sentido, todas as dinâmicas que propomos aqui para as FE podem ser aplicadas de forma direcionada à execução dessas atividades escolares de casa.

## Falando comigo enquanto estudo

A fala autodirigida promove a atenção (foco), consciência e autorregulação, sendo assim, os alunos podem utilizá-la para se autoguiar enquanto estudam. Quando a criança fala com ela mesma ao estudar, conexões com conhecimentos prévios são feitas promovendo o entendimento, a memória e retenção de uma nova informação. A criança pode "pensar alto", por exemplo, resolvendo um problema de matemática ou interpretando um texto. Isso lhe ajuda a desenvolver as habilidades executivas vistas aqui e pode adicionalmente facilitar o processo de memorização e evocação das informações contidas na memória.

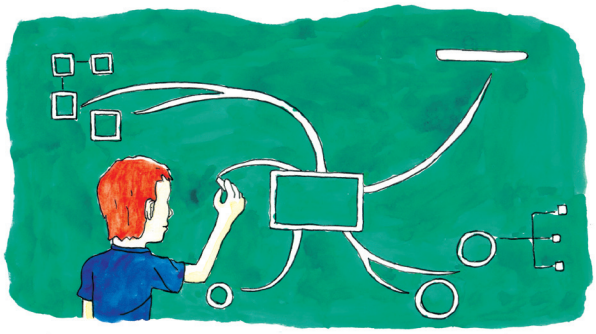
O ensino da fala autodirigida tem como base cinco passos: 1) Modelar e verbalizar as etapas; 2) Estimular o aluno a responder às perguntas feitas pelo professor; 3) Estimular o aluno a verbalizar e completar a tarefa junto ao professor; 4) Sussurrar o que está pensando enquanto completa a tarefa; 5) Usar um pensamento silencioso enquanto realiza a tarefa.

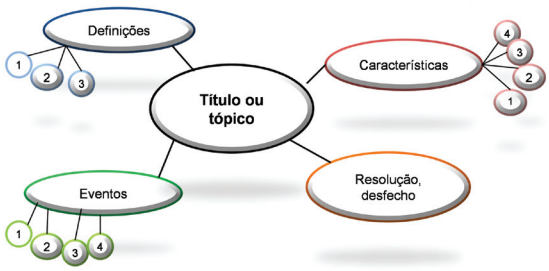
## Associando novas informações a conhecimentos prévios

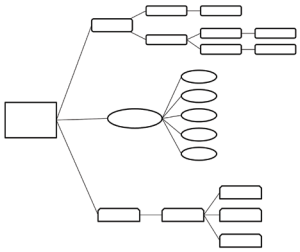
Vincular novas informações ou conceitos a conhecimentos prévios também ajuda a memorização. Esse tipo de organização mental faz com que novas informações fiquem estocadas"lado a lado"com as antigas, estabelecendo conexões e facilitando a evocação (recuperação).

## Usando mapas mentais

O uso de mapas mentais é uma estratégia de estudo em que o aluno representa graficamente os conceitos que aprende, distingue informações principais e secundárias, faz correlações e outras anotações que facilitam a compreensão, memorização e evocação. Ao ensinar essa técnica, mostrar vários níveis de mapas mentais, desde os mais simples até os mais complexos, apontando sua estrutura em comum.





## Aprimorando a memória

Estratégias de estudo que favoreçam a memorização capacitam os alunos a fazer associações e evocar as informações. Compreendem a associação de letras com palavras a serem memorizadas (acrônimos e acrósticos), com palavras familiares (palavras-chave, nome das imagens) e visualização (rimas-chave, localização e encadeamento):

## H.O.R.R.O.R. Um sistema de estudo

• **Humor.** Adote uma disposição positiva em relação a você mesmo. Selecione o período apropriado, assim como o ambiente e a postura.

• **Organização e entendimento.** Anote qualquer informação que você desconheça da unidade que você está estudando e mantenha-se em uma unidade de estudo.

• **Recordação.** Após estudar a unidade, pare e com suas palavras apresente aquilo que você aprendeu.

• **Reflexão.** Volte àquilo que você não entendeu e estude novamente. Procure outras fontes de informação (outros livros, internet, professores e colegas) se você continuar a não entender.

• **Ocupação de novos espaços** (Expansão). Nesse ponto, faça três tipos de questão a respeito do material estudado: Se eu pudesse falar com o autor, o que eu perguntaria ou qual crítica eu faria? Como eu poderia aplicar este material àquilo em que estou interessado? Como eu poderia tornar esta informação interessante e inteligível para outros alunos?

• **Revisão.** Volte ao material que você acabou de estudar e reveja quais estratégias ajudaram você a entender os estudos e reter conhecimento antes. Aplique isso aos seus estudos atuais.

## Dinâmicas

• 1º dia da semana. **Apresentar.** Definir o que são estratégias de estudo. Em seguida deve estimular os alunos a darem exemplos.

• 2º dia da semana. **Identificar.** Nesse dia o professor deve iniciar a atividade exemplificando que estratégias ele usa para estudar. Em seguida deve abrir a discussão para que os alunos façam o mesmo, reforçando para eles a importância dessa habilidade, bem como as possíveis consequências negativas de não exercê-la adequadamente. Os alunos devem ser convidados a identificar que FE encontram-se em jogo nas estratégias de estudo.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor mostra que estratégias de estudo recomenda para seus alunos colocarem em prática no seu dia a dia e pede para que os alunos proponham alternativas.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe uma prática daquela habilidade junto aos alunos, auxiliando-os a identificar as dificuldades, resolver as dúvidas e propor alternativas.

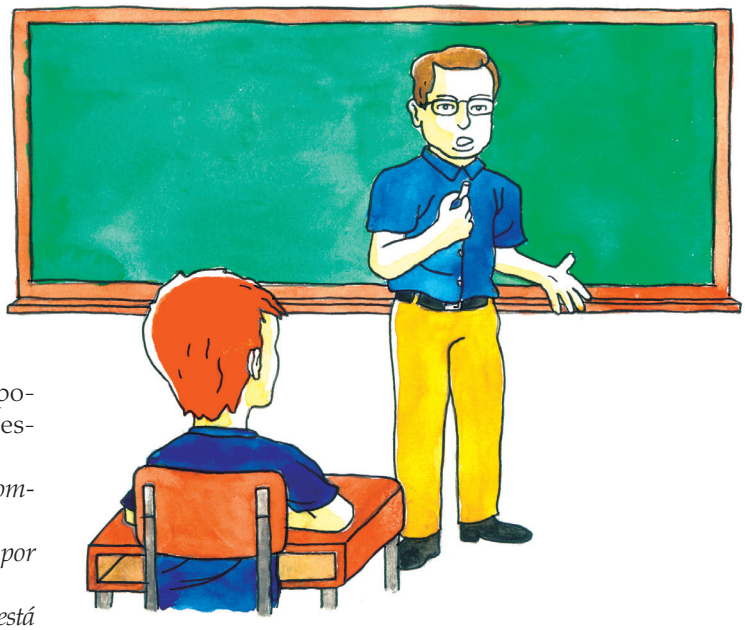
• 5º dia da semana. **Aplicar.** Hoje é dia de retomar o projeto de TCC.

# 13. Estratégias para escutar

Diz a professora:"Joãozinho, você parece não me ouvir?". Ao que prontamente responde o Joãozinho:"Ouvi professora, mas não escutei!".

A distinção entre ouvir e escutar é a estratégia inicial para essa semana. Enquanto ouvir se refere apenas ao fenômeno sensorial e perceptivo, escutar é tornar-se ou estar atento para ouvir (Aurélio).

Para escutar a criança necessita de várias FE: iniciar, planejar, focar, monitorar, inibir, regular, flexibilizar e operacionalizar. Saber escutar é fundamental para o sucesso no aprendizado e desempenho social.



Crianças com poucas estratégias para escutar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula:

• *A criança não consegue focar para escutar, interrompe quem está falando a todo o momento.*

• *Parece que o que está sendo falado com ela "entra por um ouvido e sai pelo outro".*

• *Não consegue reter as informações básicas do que está ouvindo, tem dificuldades para explicar o que acabou de ouvir.*

• *Não realiza associações de conhecimentos ou situações prévias com o que está sendo ensinado.*

• *Ao voltar do recreio demora a se acalmar, ficando despreparada para escutar ao professor.*

• *Não consegue distinguir informações principais das secundárias.*

• *Faz perguntas sem nexo com o que foi ensinado.*

## Preparando-se para escutar

Na preparação para escutar a criança deve ter consciência e colocar em prática as seguintes FE já aprendidas por ela: objetivar ("Quais os meus objetivos de escutar o que o professor está prestes a me falar?"), planejar ("O que eu espero ouvir?"), operacionalizar ("O que eu já sei sobre esse tema?"), inibir ("Como devo evitar as distrações?) e iniciar ("Chegou a hora de escutar!").

## Tornando-se um escutador ativo

As recomendações a seguir devem ser discutidas com os alunos:

• Estabelecer e manter contato visual com o professor para facilitar o focar, evitar distratores, identificar dicas e decodificar a comunicação verbal e não verbal.

• Correlacionar as novas informações com conhecimentos prévios.

• Buscar o significado, as implicações práticas e conclusões dos novos conhecimentos que está recebendo.

• Priorizar ideias centrais e satélites.

• Reconhecer classificações e organizar informações em uma ordem coerente.

• Checar através de conversa interior o que entendeu e preparar perguntas do que não entendeu para posteriormente fazer ao professor.

• Fazer e checar previsões frente à informação transmitida.

• Monitorar sua atenção.

• Revisar. Ao final da apresentação o aluno deve ter um tempo para revisar mentalmente o que escutou e/ou anotou.

## Dinâmicas

• 1º dia da semana. **Apresentar.** Definir e destacar a distinção entre ouvir e escutar. Em seguida deve estimular os alunos a darem exemplos de aplicação de ambos os termos.

• 2º dia da semana. **Identificar.** Nesse dia o profes-

sor deve iniciar a atividade exemplificando que estratégias ele usa para escutar uma aula ou outras pessoas falando. Em seguida deve abrir a discussão para que os alunos façam o mesmo, reforçando para eles a importância dessa habilidade, bem como as possíveis consequências negativas de não exercê-la adequadamente. Os alunos devem ser convidados a identificar que FE encontram-se em jogo na habilidade de escutar.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor mostra que estratégias utilizaria para colocar em prática aquela habilidade no seu dia a dia e pede para que os alunos proponham alternativas.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe uma prática daquela habilidade junto aos alunos, auxiliando-os a identificar as dificuldades, resolver as dúvidas e propor alternativas.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Hoje é dia de retomar o projeto de TCC.

# 14. Estratégias para anotar

A habilidade de anotar é vital para o entendimento e retenção das informações. As estratégias estão voltadas para a construção de habilidade em anotações estruturadas com instrução direcionada pelo professor e modelos, baseando-se em pesquisas que apontam as melhores estratégias de anotações visando o processo de codificação e associação de novas informações a informações prévias, capaz de propiciar o monitoramento da compreensão.

Crianças com poucas estratégias para anotar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula:

• *Ao escutar não anota suas dúvidas para posteriormente perguntar ao professor.*

• *Sua dificuldade em focar impede que consiga escutar ao professor e anotar ao mesmo tempo.*

• *A criança não consegue discriminar pontos mais importantes a serem anotados ao longo de uma tarefa ou explicação em sala de aula.*

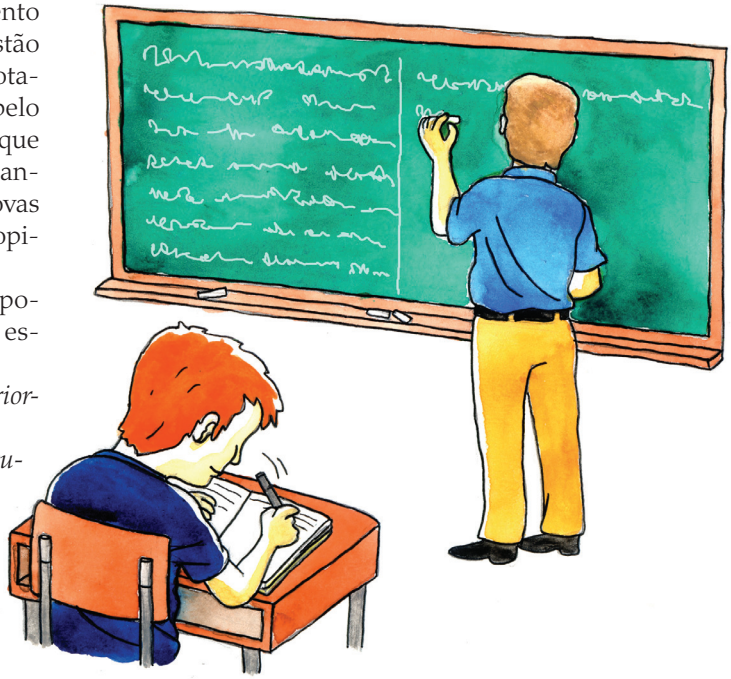
• *Não consegue organizar suas anotações de forma que depois facilite sua revisão.*

• *Não consegue priorizar nem resumir o que anota.*

• *Faz anotações longas e prolixas que não auxiliam a revisão do conteúdo.*

• *Ao revisar suas anotações não consegue entender o que foi escrito ou a relação com a matéria dada.*

• *Perde suas anotações.*



## Preparando-se para a aula

Revisar as anotações é uma estratégia que complementa o aprendizado e auxilia o aluno na preparação para as provas. Essa revisão compreende ler as anotações para "refrescar a memória" e se perguntar sobre o que aprendeu.

No início de uma aula que dá continuidade a um conteúdo iniciado em uma aula anterior, é importante que o aluno crie o hábito de consultar suas anotações o que lhe ajuda a: a) aprender e memorizar a informação através da repetição; b) familiarizar-se com os conceitos aprendidos e as perguntas geradas sob o conteúdo que está aprendendo; c) identificar os principais conceitos, objetivos e dicas mencionadas pelo professor; d) relacione informações novas com as previamente adquiridas; e) identifique as possíveis dúvidas que ficaram; e f) se prepare para começar a escutar ao professor.

## Seguindo as dicas do professor

O professor deve ensinar seus alunos a identificar as dicas que ele dá durante sua apresentação. As dicas podem ser melhor identificadas pelos alunos através da repetição, retomada do texto, uso de organizadores visuais e sumarização. Além disso, deve ser mostrado que frases como "prestem atenção nisso", "isso é importante", etc. são indicadores da importância do conteúdo que foi ou será dito a seguir. O professor pode ajudar o aluno a organizar essas dicas anotando-as, mas para isso deve fornecer listas ou gráficos organizadores.

## Corrigindo as anotações

Corrigir as anotações é uma maneira de garantir que a informação a ser revisada está correta, sendo apropriada a realização enquanto a informação está "fresca", logo após a aula. Rever as anotações logo após a aula tem o intuito não só de organizar de uma maneira lógica o que foi escrito pelo aluno, mas também acrescentar informações adicionais e levantar suas dúvidas.

O uso de mapas mentais pode auxiliar muito no processo de anotação.

## Dinâmicas

• 1º dia da semana. **Apresentar.** Definir a estratégia de anotação.

• 2º dia da semana. **Identificar**. Nesse dia o professor deve iniciar a atividade exemplificando que estratégias ele usa para anotar quando assiste a uma aula ou lê um livro. Em seguida deve abrir a discussão para que os alunos façam o mesmo, reforçando para eles a importância dessa habilidade, bem como as possíveis consequências negativas de não exercê-la adequadamente. Os alunos devem ser convidados a identificar que FE encontram-se em jogo na habilidade de anotar.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor mostra que estratégias utilizaria para colocar em prática aquela habilidade no seu dia a dia e pede para que os alunos proponham alternativas.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe uma prática daquela habilidade junto aos alunos, auxiliando-os a identificar as dificuldades, resolver as dúvidas e propor alternativas.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Hoje é dia de retomar o projeto de TCC.

# 15. Estratégias para ler e compreender

Ler requer o emprego da mente na construção de significados e não apenas ser guiado por significados já existentes, daí o grande desafio de estimular a criança a ler, quando se torna mais cômodo assistir à TV ou mergulhar nos jogos eletrônicos. Crianças com disfunções executivas costumam ter dificuldades em construir significados apropriados de um texto devido ao papel fundamental das FE na leitura. Alunos que leem como assistem TV, esperam que as informações e compreensões saltem das páginas dos livros e entrem em seu cérebro, tornando a análise do texto passiva e, por isso, chata e sem sentido. Sendo assim, é importante ensinar as crianças a pensarem de modo ativo sobre o que estão lendo, enquanto estão lendo.

Crianças com poucas estratégias para a leitura podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula:

• *Constantemente se perde ao longo da leitura de um texto.*

• *É comum pular ou trocar palavras enquanto lê.*

• *Ao acabar de ler um trecho, a criança não é capaz de entender o significado do que leu, nem tampouco sumariá-lo.*

• *Não tem ou não usa estratégias de leitura como: grifar, anotar comentários, perguntas, marcações, resumo, gráficos organizadores, etc.*

• *Não consegue identificar os pontos-chaves ou a ordem dos acontecimentos de uma história lida.*

• *Quando lê não anota as palavras que não conhece o significado para depois procurar num dicionário ou perguntar para alguém.*

• *Não tenta correlacionar o que lê com outras coisas que já conhece.*

• *Não gosta de aprender palavras novas.*

• *Entende melhor um texto se alguém ler para ela do que se ler sozinha.*

• *Não lê livros do seu interesse, só aqueles exigidos pela escola.*

## Escolhendo o texto para evitar a visão túnel

A escolha dos textos pelo professor é fundamental para o desenvolvimento da leitura e interpretação, bem como pela construção do hábito de ler. Ao escolher um texto de nível superior à capacidade de leitura e entendimento da criança, poderá provocar a chamada visão em túnel. Imagine você lendo um cartaz a sua frente através de um canudo. A leitura vai ocorrer com foco nas letras e não nas palavras, dificultando o entendimento do texto como um todo. Isso é o que ocorre com textos muito difíceis, a criança fica tão focada na leitura das letras das palavras difíceis e acabam não captando o significado. Isso reforça a ideia da importância do uso de textos familiares e da repetição de textos para uma leitura guiada focada na fluência.

## Usando os dedos e outros marcadores

Crianças com dificuldades atencionais tendem a se perder em linhas e partes do texto. O uso de dedos, réguas, cartões, etc. podem ajudá-las a manter o foco e minimizar a probabilidade de se perder.

## Semáforo da leitura

Essa técnica usa o semáforo como metáfora para ensinar aos alunos os conteúdos essenciais de um parágrafo. Além disso, ensina um modelo para construir um fluxo lógico de uma sentença, principais ideias e conclusão da sentença em um parágrafo. O verde representa a introdução de uma sentença, início de um tema amplo ou uma declaração geral. O amarelo é usado para mostrar a necessidade de ir mais devagar, pois aproxima-se uma ideia, razão, detalhe ou fato. O vermelho alerta para a necessidade de parar e prestar maior atenção. Essa técnica auxilia os alunos a se manterem focados e a retomarem o texto de maneira mais fácil, além de auxiliar na consciência das partes mais importantes do texto.

## Antes da leitura

• Reunindo os pensamentos e explorando previamente textos desconhecidos. A aprendizagem de novas palavras, estruturas e sequências acontecem através do contato com novos livros. Para diminuir o impacto de textos novos em crianças com disfunções executivas é interessante a escolha de passagens curtas, bem como um contato guiado pelo professor. Este deve instigar os alunos a explorarem o livro a ser lido, articulando os passos dados sobre ele em relação ao título, sequência e vocabulários chaves, para se construir uma noção prévia do que o aluno poderá encontrar quando começar a leitura. Pensar sobre o texto prestes a ser lido promove sua compreensão. Se o texto será sobre cavalos, por exemplo, é importante que os alunos façam uma pequena lista do que já sabem sobre cavalos e discutam em grupo o que foi listado, para então iniciar a leitura. Tais atividades estruturadas terão o efeito de inserção de conhecimentos novos em crenças anteriores, permitindo a aquisição de novas informações do texto de uma forma mais focada, auxiliando assim a passagem das informações da memória de curto prazo para a de longo prazo.

• Planejar para compreender. Boa compreensão não é algo que apenas acontece, é resultado de um planejamento. O que pode ser feito com crianças que têm dificuldades em organizar seus pensamentos e estabelecer um plano de compreensão antes da leitura? Cabe aos professores ensinarem como fazer isso, fornecendo diversas práticas guiadas a serem usadas como estratégias de preparação. Uma boa técnica seria realizar um levantamento do que a criança já sabe e o que ela pretende aprender com o tema do texto escolhido, através da técnica "sei - quero - aprendi - ainda quero". Essa técnica auxilia o aluno a pensar o que é possível ser abordado pelo texto e o que ele já sabe sobre o tema. Após a leitura, deverá ser levantado ainda o que continua querendo saber. Essa postura motiva o aluno, além de levantar conhecimentos prévios e associações com os novos, a busca de informações que não foram trazidas pelo texto.

• Reconhecendo a estrutura e proposta do texto. Alunos com dificuldades atencionais ou outras disfunções executivas tendem a encontrar dificuldades

em reconhecer o que é importante em um texto. A melhor maneira de auxiliar nessa dificuldade é, durante o processo de leituras avançadas, mostrar para a criança o que é importante e o que não é. Para ensinar os alunos a "navegar" por um capítulo de livro ou artigo de revista ou computador é necessário destacar sua organização e elementos-chaves. Para isso o professor pode fornecer todos os tipos de organizadores avançados, diminuir o desconhecido e salientar o que deve ser dado atenção, promovendo a compreensão do texto pelo aluno.

A estrutura de um material diz muito sobre o tipo de leitura que é esperada, ou seja, o formato nos fornece pistas sobre o nível de detalhes, o grau de explicação e até a apresentação da informação no material. Sendo assim, explorar com os alunos os componentes estruturais dos conteúdos nos variados tipos de textos auxilia no aprimoramento de sua compreensão nas diferentes disciplinas escolares. O desenvolvimento dessa habilidade tem o intuito de auxiliar os alunos extraírem o cerne do material e aprimorarem sua capacidade em distinguir pequenos detalhes de conteúdos importantes.

## Durante a leitura

• Monitorando a compreensão. Monitorar a compreensão está relacionado à habilidade em checar frequentemente se você está "entendendo o que está lendo enquanto lê". Essa postura leva a uma maturidade do leitor perceber quando não está compreendendo algo, parando a leitura e retomando o conceito sem que se dê continuidade a uma leitura dúbia, que gere ainda mais confusão ao aluno, fazendo-o desistir de ler.

• A visualização como aliada. Crianças com dificuldades em reter informações na memória operacional visual encontram obstáculos na compreensão da leitura por gastarem mais tempo formando imagens mentais. Desse modo, possuem maior dificuldade em manter os conteúdos do texto e as imagens mentais associadas a eles. O professor deve ensinar essas crianças a realizarem pausas de tempos em tempos durante a leitura para construir imagens dentro de sua mente do conteúdo lido e conversar com elas mesmas sobre o que estão imaginando. Ao associar essas imagens construirá uma imagem mental (geral) sobre o texto lido (Gestalt). A visualização e verbalização necessitam de um treinamento inicial com estratégias direcionadas pelo professor, auxiliando os alunos a construírem essas imagens do texto usando variadas palavras-palpites (exemplo: o que, cor, tamanho, configuração). Isso proporcionará estruturas em torno da imagem mental a ser formada e discutida, de forma gradual.

• Usando gráficos e organizadores semânticos. Os gráficos organizadores ou mapas mentais são usados para organizar ideias ou informações. Existem inúmeros tipos com diferentes estruturas e objetivos (escrita, resolução de problemas, tomada de decisão, estudos, planejamento de pesquisas, *brainstorming*, entre outros).

• Aprimorando as anotações. Bons leitores sabem que durante a leitura do texto, o nível de sua compreensão é algo instável. O importante é se ater em como o conteúdo está sendo absorvido e usar ações corretivas quando o entendimento começar a ficar falho. Crianças com baixa autoconsciência, automonitoramento e memória operacional não percebem que não compreenderam o texto até serem arguidos. A maneira mais eficaz de transmitir essas habilidades para crianças com disfunção executiva está na combinação de modelagem, que deve ser feita pelo professor. A habilidade em manter a compreensão de um texto, vai além de manter o entendimento enquanto se lê. Metacognição e autoconsciência são necessárias para leitores adaptados, possibilitando manter na memória dúvidas a serem esclarecidas enquanto se lê ou com auxílio do professor, pontos importantes, contradições, conceitos interessantes, entre outros. Uma forma de explicitar e resgatar de maneira fácil essas questões, seria o uso de pequenas anotações em partes relevantes do texto, auxiliando a memória de trabalho e retomada que necessitam de melhores esclarecimentos após a leitura. Quanto mais sintetizadas e limitadas melhor, auxiliando os alunos em manter uma linha de pensamento, sem que tenham que voltar constantemente para reler partes do texto.

## Após a leitura

• O uso de diários estruturados em respostas de leitura. Crianças com dificuldades de organizar e flexibilizar, tendem a responder de maneira mais efetiva e produtiva às técnicas que esclareçam o texto através de estrutura de leitura e resposta, trabalho de adivinhação, tomadas de decisão e organização de pensamentos para processo de respostas.

• Formulando questões sobre o que foi lido. Os alunos estão acostumados a ler um texto e responder perguntas ao terminar. Porém, o movimento contrário de gerar questões após ler um texto por completo, é outra maneira do aluno promover sua compreensão, pensar sobre o que leu e se engajar com o material, além de estimular a metacognição e automonitoramento durante a leitura. Essa técnica consiste em que o aluno aprenda a gerar dúvidas não só do texto em geral, mas também dos detalhes de sua leitura.

• Respondendo perguntas sobre o que foi lido. Responder perguntas sobre um texto durante ou após a leitura é uma atividade comum de sala de aula. Essa

estratégia funciona como um meio natural para o leitor desenvolver julgamentos, criar estruturas para memorização, aumentar o engajamento com o uso de estratégias metacognitivas de automonitoramento do entendimento. Além disso, responder questões após a leitura auxilia no aprimoramento da memória sobre o texto e propicia conexões para uma recuperação mais rápida e eficiente. Ensinar como responder as perguntas, apresentando os diferentes modos: a) responder perguntas logo após a leitura, fazendo uma pausa para refletir e avaliar se sabe a resposta; b) identificar uma palavra-chave na questão e tentar achá-la no texto, avaliando se o trecho encontrado tem a resposta da questão; c) reler o texto ajudará a responder as perguntas; d) consultar palavras que não conhece no dicionário e pesquisar a resposta em outras fontes.

• Sumariando o texto. Sumariar é uma técnica eficaz para aprimorar a compreensão e checar elementos do texto, uma vez que para realizá-lo é necessário entender o texto e extrair os pontos mais importantes, organizando-os de uma maneira que seja possível entender sua mensagem. Esta técnica auxilia a criança a engajar-se na leitura e no processo de compreensão, selecionar partes mais importantes e praticar sua organização. É capaz de propiciar cristalização de elementos-chaves para a compreensão do texto, além de exercitar algumas habilidades executivas. Além disso, auxilia na migração dos conceitos da memória de curto prazo para memória de longo prazo. Após a sumarização, é importante que o professor repasse o texto visando esclarecer elementos-chaves para sua compreensão. A escolha do termo sumariar se justifica pela intenção de criar tópicos que sintetizem as principais ideias do texto, auxiliando sua revisão e entendimento. Uma vez que o aluno tenha aprendido a sumariar, o professor deverá ensiná-lo a resumir, ou seja, produzir um texto sintético com suas próprias palavras. Essas estratégias são importantes para auxiliar a compreensão e automonitoramento da compreensão.

• Dramatizar para compreender. O ato de encenar ou ver outros encenando é uma maneira efetiva de fazer os alunos se apropriarem dos elementos-chaves do texto. As cenas ou interações fazem com que o conteúdo se mostre mais real para os alunos, principalmente para os que apresentam dificuldades em formar imagens mentais ao longo da leitura, além disso, estimula o interesse de todos os alunos. Para encenarem os alunos precisam ler várias vezes os seus textos, o que auxilia na aquisição de fluência.

## Dinâmicas

• 1º dia da semana. **Apresentar.** Definir a habilidade de leitura e compreensão.

• 2º dia da semana. **Identificar.** Nesse dia o professor deve iniciar a atividade exemplificando que estratégias ele usa para ler e compreender um texto. Em seguida deve abrir a discussão para que os alunos façam o mesmo, reforçando para eles a importância dessa habilidade, bem como as possíveis consequências negativas de não exercê-la adequadamente. Os alunos devem ser convidados a identificar que FE encontram-se em jogo na habilidade de ler e compreender.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor mostra que estratégias utilizaria para colocar em prática aquela habilidade no seu dia a dia e pede para que os alunos proponham alternativas.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe uma prática daquela habilidade junto aos alunos, auxiliando-os a identificar as dificuldades, resolver as dúvidas e propor alternativas.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Hoje é dia de retomar o projeto de TCC.

# 16. Estratégias para redigir e pesquisar

A escrita requer dos estudantes planejamento, automonitoramento do progresso e flexibilidade para ajuste da proposta ao longo do processo. Estratégias nesta área promovem também outras FE como objetivar, focar, organizar, inibir e operacionalizar. Assim, crianças com disfunções executivas tendem a apresentar grandes dificuldades em estruturar sua escrita.

Crianças com poucas estratégias para redigir e pesquisar podem apresentar os seguintes comportamentos na escola e em sala de aula:

- *Não consegue escrever um texto coerente e com sequencias temporais adequadas.*
- *Não consegue começar um texto e se perde ao dar continuidade.*
- *Escreve como costuma falar no dia-dia sem se preocupar com adequação do vocabulário.*
- *Não percebe a diferença do vocabulário usado em diferentes tipos de textos (por exemplo: fábula e texto informativo).*
- *Não sabe como começar a pesquisar um assunto.*
- *Pesquisa informações sempre no mesmo lugar.*
- *Ao realizar pesquisas em materiais diferentes que em sua apostila se perde e não consegue extrair informações necessárias.*
- *Não percebe quais fontes são confiáveis e quais não devem ser consideradas em uma pesquisa.*
- *Não revisa suas redações antes de entregá-las ao professor.*
- *Ao redigir utiliza sempre as mesmas palavras, não procura conhecer e usar palavras novas.*
- *Não faz rascunho ou esquema antes de iniciar suas redações.*

## O uso do computador como aliado

O uso de processadores de texto pode ajudar a criança a desenvolver a habilidade de redigir na medida em que oferece correção instantânea da ortografia e gramática. Esse *feedback* imediato ajuda na memorização da grafia correta das palavras e compreensão das regras gramaticais. Essa facilidade, no entanto, não pode levar a criança a ficar acomodada com seus erros, mesmo por que, em grande parte do seu tempo escolar não contará com a ajuda desse corretor.

## Pré-escrita: preparando-se para redigir

O ato redigir deve ter uma preparação que inclua atividades capazes de organizar as ideias e planejar a escrita. Para desenvolver essa habilidade o professor deve garantir os materiais e o tempo necessário para o engajamento na tarefa, estimulando o aluno a produzir ideias, colher informações, organizar o pensamento e formular planos de escrita.

Essa fase pré-escrita requer alguns quesitos básicos: a) construir um processo sistemático de pré-escrita no currículo para todos os alunos (não só para alunos de inclusão); b) demonstrar como essa estratégia torna o ato de escrever mais fácil; c) enfatizar a ideia de que essa fase de reunião e organização de ideias deve anteceder o ato mecânico de escrever.

## Redigir e editar rascunhos

Uma vez que os alunos já estejam hábeis em atividades de pré-escrita, o professor deve ensinar estratégias de redação e edição do texto. Essa tarefa deve iniciar com a redação de um rascunho seguida de sua correção, acréscimo de outras informações necessárias para o bom entendimento, releitura e edição final.

Desenvolver a noção de um roteiro que se repete nas histórias em geral é uma técnica que facilita a organização dos pensamentos e redação do texto.

Entre os modelos possíveis:

• Analisando uma história: "alguém, desejo, porém e então". Esse modelo compreende: a) alguém (o personagem principal); b) deseja algo (objetivo/motivação); c) porém o objetivo é frustrado de alguma maneira (conflito/desafio); d) mas então surge a resolução, ele é ajudado de alguma maneira (resolução).

• Introdução (apresentação do problema e exposição da tese), argumentação (desenvolver a tese, prós e contras) e conclusão.

## Objetivar para redigir

As atividades escritas requerem mais tempo e esforço que outras atividades escolares, sendo necessário que se estabeleçam metas antes de iniciá-las. As metas encontram-se estruturadas em sua especificidade, grau de dificuldade e proximidade. A especificidade das metas ajuda a guiar o aluno no processo de redigir e identificar, ao final, se as mesmas foram atingidas. O grau de dificuldade está associado à efetividade da meta, sendo que um objetivo muito fácil levará a uma baixa motivação e um muito difícil à frustração. A proximidade, por sua vez, está vinculada ao tempo que a meta requer, devendo ser compatível com a capacidade de manutenção da atenção da criança, evitando que enjoe ou se canse ao redigir.

## Pare e liste

Estratégia importante para crianças com poucas habilidades de objetivar, planejar, organizar, inibir ou dificuldades em leitura e escrita em geral. Essa técnica faz com que o aluno preliminarmente liste os objetivos do seu texto, para em seguida selecionar e sequenciar as ideias que podem ajudar a atingir os objetivos estabelecidos, para só então iniciar o processo de escrita.

Os três passos dessa técnica são: 1) inibir o impulso e desejo em iniciar logo a escrita, ao invés de estabelecer uma meta para o que será escrito, listando-as; 2) ao realizar isso inúmeras ideias surgirão, bem como novas metas, devendo então fazer uma seleção; 3) refletir e enumerar suas ideias ou colori-las segundo o parágrafo a que pertencerão.

## Dividindo textos longos em pequenos blocos

Esta técnica consiste em dividir um texto em pequenos blocos, que ao serem escritos, auxiliam na organização de ideias, automonitoramento e avaliação do que está sendo escrito ao longo de um texto mais longo e elaborado. Esta abordagem limita o processamento simultâneo e demandas organizacionais de grandes projetos de escrita, dividindo-os em uma série de pequenas tarefas a serem realizadas um pouco de cada vez.

É muito comum fornecer tempo extra para alunos com disfunções executivas. Dependendo de como é dado esse tempo extra, o intuito de ajudar pode tonar-se num momento de angústia prolongada e frustração. Para realmente beneficiá-los é interessante a construção de etapas a serem atingidas, a serem checadas pelo aluno e, posteriormente, pelo professor, ao longo do processo de elaboração.

## Reunindo informações: aprendendo a pesquisar

Muitas crianças tendem a usar apenas uma fonte de informação, sendo mais comuns os livros didáticos e as anotações de sala de aula ou tarefas. Os livros didáticos fornecem apenas uma base de informação, além de apresentarem uma escrita acadêmica neutra com poucos exemplos que condizem com a realidade dos alunos, causando muitas vezes baixa motivação. O acesso à informação por meio eletrônico ou livros, está cada vez maior, no entanto, esse acesso pode ser perigoso quando não há conhecimento da credibilidade da fonte pesquisada, mostrando-se necessário a orientação de como fazê-la.

Levar os alunos a bibliotecas e sala de informática é a maneira mais eficaz de ensiná-los a realizar pesquisas em diferentes fontes, guiando-os e sanando dúvidas. Nessa aprendizagem, para que consigam organizar suas ideias e informações, é importante explorar a biblioteca e sites de pesquisas junto aos alunos, apresentando-os e orientando-os como pesquisar com as seguintes diretrizes: 1) Ler o texto e outro material designado; 2) Ler fontes mais curtas, mais concentradas; 3) Comparar as informações das diferentes fontes; 4) Se ater em quando e por quem as fontes foram escritas.

Crianças com disfunções executivas podem ficar dias ou semanas frente a inúmeros tópicos para uma pesquisa ou construção de um projeto, até identificar algo que deva realmente focar. Para conservar a energia desses estudantes, é importante um direcionamento na seleção dos tópicos estabelecidos por ela para iniciar, avançar e finalizar cada etapa.

## Dinâmicas

• 1º dia da semana. **Apresentar.** Definir as habilidades de redigir e pesquisar.

• 2º dia da semana. **Identificar.** Nesse dia o professor deve iniciar a atividade exemplificando que estratégias ele usa para redigir e pesquisar. Em seguida deve abrir a discussão para que os alunos façam o mesmo, reforçando para eles a importância dessas habilidades, bem como as possíveis consequências negativas de não exercê-la adequadamente. Os alunos devem ser convidados a identificar que FE encontram-se em jogo nas habilidades de redigir e pesquisar.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor mostra que estratégias utilizaria para colocar em prática aquelas habilidades no seu dia a dia e pede para que os alunos proponham alternativas.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe uma prática que envolva aquelas habilidades junto aos alunos, auxiliando-os a identificar as dificuldades, resolver as dúvidas e propor alternativas. Um boa prática pode ser desenvolvida numa grande biblioteca da cidade e numa sala de informática com acesso à internet.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Hoje é dia de retomar o projeto de TCC, que deve estar prestes a ser finalizado e apresentado.

# 17. Estratégias para se preparar e fazer provas

Crianças com poucas estratégias de fazer provas podem apresentar os seguintes comportamentos em sala de aula:

• *Não checa todas suas respostas antes de entregar a prova.*

• *Quando o professor devolve a prova corrigida não procura resolver as questões que errou ou deixou em branco.*

• *Não lê todas as orientações antes de começar a responder as questões de uma prova.*

• *Não monitora o tempo durante as provas para ter certeza de que conseguirá terminar tudo sem deixar questões em branco.*

• *Não se prepara para a prova, dorme tarde no dia anterior ou não se alimenta adequadamente no dia da prova.*

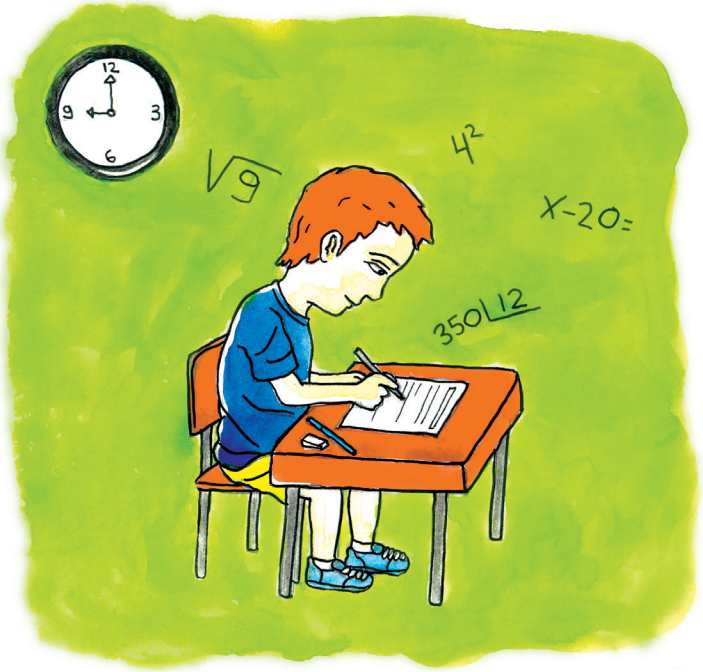
• *Se não entende as instruções de uma prova não pergunta ao professor.*

• *Em um teste de múltipla escolha não lê todas as alternativas antes de escolher a correta.*

• *Antes das provas não conversa com seus colegas sobre as possíveis questões que irão cair.*

• *Ao invés de deixar as questões mais trabalhosas para o final, perde tempo excessivo nelas e não termina as demais em tempo.*

• *Sai das provas achando que foi muito bem quando na verdade foi muito mal.*




Alunos bem preparados são capazes de dedicar seus recursos cognitivos para processar as informações, compreender, memorizar e elaborar perguntas, em vez de se esforçar em tentar apenas decorar conteúdos não efetivamente aprendidos.

Quando as FE vistas aqui funcionam em sintonia a criança é capaz de:

• Se preparar adequadamente para as provas através de aprendizado ativo (aprender ativamente é ler, pesquisar, compreender, utilizar estratégias de estudo adequadas e não apenas receber informações de forma passiva em sala de aula ou com o professor particular).

• Se preparar no dia a dia com a estratégia "matéria dada, matéria estudada no mesmo dia" (Prof. Pierluigi Piazzi). Essa é a estratégia mais compatível com o cérebro de forma a sedimentar conhecimentos que para sempre ficarão armazenados na memória. Estudar apenas na véspera das provas não permite a transferência das informações das memórias de curto para a de longo prazo. Ainda que o aluno grave por uns dias aquela informação, com o tempo ela desaparecerá.

• Se preparar física e mentalmente para a prova, dormindo mais cedo no dia anterior, se alimentando adequadamente e levando para a prova todo o material necessário para realizá-la.

• Estando preparado para as provas o aluno não fica ansioso nem sofre em demasia com elas, um quadro denominado Ansiedade de Provas.

• Ler todas as informações necessárias para realizar a prova adequadamente.

• Ler todas as alternativas de uma questão antes de respondê-la.

• Monitorar o tempo necessário para finalizar a prova sem deixar questões que saiba a resposta ou que sejam mais trabalhosas em branco.

• Inibir e focar de forma a não se distrair com outros estímulos do ambiente ou outros pensamentos.

• Identificar questões mais trabalhosas ou que tenha muitas dúvidas para o final, resolvendo as que lhe parecem mais fáceis.

• Usar todo o tempo permitido para realizar a prova com maestria, sem pressa.

• Antes de entregar a prova ao professor, checar todas suas respostas bem como o gabarito, caso esse seja utilizado.

## Dinâmicas

• 1º dia da semana. **Apresentar.** Definir a habilidade de se preparar e fazer provas.

• 2º dia da semana. **Identificar.** Nesse dia o professor deve iniciar a atividade exemplificando que estratégias ele usa para se preparar e fazer provas. Em seguida deve abrir a discussão para que os alunos façam o mesmo, reforçando para eles a importância dessas habilidades, bem como as possíveis consequências negativas de não exercê-la adequadamente. Os alunos devem ser convidados a identificar que FE encontram-se em jogo na habilidade de se preparar e fazer provas.

• 3º dia da semana. **Modelar.** O professor mostra que estratégias utilizaria para colocar em prática aquelas habilidades no seu dia a dia e pede para que os alunos proponham alternativas.

• 4º dia da semana. **Praticar.** O professor propõe uma prática que envolva aquelas habilidades junto aos alunos, auxiliando-os a identificar as dificuldades, resolver as dúvidas e propor alternativas.

• 5º dia da semana. **Aplicar.** Hoje é dia de os grupos marcarem reunião com o professor para apresentar as dúvidas finais de execução do projeto de TCC, bem como agendar a data de apresentação.

### Como citar essa referência

Arruda MA, Mata MF. Projeto Escola da Diversidade: Cartilha do Professor (Ed. Instituto Glia, 2014).

### Equipe do Instituto Glia

Marco Antônio Arruda (Neuropsiquiatria da Infância e Adolescência e diretor do Instituto Glia)
Milena Fernandes Mata (Psicopedagogia e graduanda em Psicologia)
Lívia Ignácio de Freitas (Neuropsicologia da Infância e Adolescência)
Camila Barros (Psicologia da Infância e Adolescência)
Carolina Pinheiro (Psicologia da Infância e Adolescência)
Gabriela Rezende (Terapia Ocupacional)
Gislaine Gasparin Nobile (Pedagogia)

### Logística

Ivete A. A. C. Arruda.

### Tecnologia da Informação

Felice Preziosi

### Ilustrações

Dud Carlos Eduardo

### Projeto Visual

J. Ventura

## Bibliografia


Dunn, J. Health behavior vs. the stress of low socioeconomic status and health outcomes. Jama [Comment Editorial Research Support, Non-U.S. Gov't]. 2010 Mar 24; 303(12): 1199-200.

Eakin, L.; Minde, K.; Hechtman, L.; Ochs, E.; Krane, E.; Bouffard, R. et al. The marital and family functioning of adults with ADHD and their spouses. J Atten Disord. 2004 Aug; 8(1): 1-10.

Hayes, J.R. The complete problem Solver. Lawrence Erlbaum Publishers, 1989.

Kaufman, C. Executive function in the classroom: practical strategies for improving performance and enhancing skills for all students. Paul H. Brookes Publishing Co., 2010.

Prince, M.; Patel, V.; Saxena, S.; Maj, M.; Maselko, J.; Phillips, M.R. et al. No health without mental health. Lancet [Research Support, Non-U.S. Gov't]. 2007 Sep 8;370(9590):859-77.

Vannest, K.J.; Stroud, K.; Reynolds, C.R. Strategies for Academic Success. Western Psychological services, 2012.

# Projeto
# Escola da Diversidade

## Cartilha do Professor

### Educando Funções Executivas e Metacognição

2014


**Instituto Glia de Consultoria em Neurociências**

Av. Braz Olaia Acosta, 727, 3º andar
Tel.: (16) 3621-4960
Ribeirão Preto – SP
CEP 14026-040

arruda@institutoglia.com.br
www.aprendercrianca.com.br



O material contido nessa cartilha está protegido por direito autoral, não podendo ser comercializado nem seu conteúdo reproduzido em parte ou na íntegra.