

Dicas de regresso às aulas para todas as idades. Mochilas prontas?



O verão ainda se faz sentir, mas já paira no ar o cheirinho a livros novos e material escolar por estrear. Por que não aproveitar a calma das férias para planear o próximo ano letivo? Para o ajudar, o Rodinhas reuniu algumas das melhores **dicas de regresso às aulas**.

Prepare o Ano Letivo com tranquilidade com as dicas do Rodinhas.

Antecipar o ano letivo pode ajudar na poupança, mas também na tranquilidade de todas as famílias. Não sabe por onde começar? Nós ajudamos.

Pré-escolar: começar a escola com o pé direito.

Para os mais pequeninos, o regresso (ou a estreia!) na escola pode ser um misto de entusiasmo e de ansiedade. Mas existem dicas de regresso às aulas bastante simples que pode aplicar no seu dia a dia para os ajudar.

- **Crie uma rotina:** uns dias antes, comece a ajustar os horários de sono e as refeições.
- **Prepare uma mochila leve e prática:** basta ter espaço para a lancheira, um pequeno brinquedo de conforto e uma muda de roupa, em caso de necessidade.

- **Introduza a escola nas conversas:** conte histórias da sua altura, visite o espaço com eles antes das aulas começarem e deixe-os escolher algum do material escolar necessário.

1.º e 2.º Ciclo: os primeiros passos na autonomia.

Nesta fase da escola, os miúdos estão mais aptos a assumir certas responsabilidades. Passar-lhes esta confiança é essencial para o seu crescimento. Por isso, incentive-os a assumir algumas tarefas domésticas ou outras atividades, sempre com a sua orientação.

- **Crie listas de tarefas:** deixe-os criar as checklists de compras ou do que preparar para a escola, riscando conforme as tarefas executadas.
- **Planeie um cantinho de estudo:** é fundamental para estimular a concentração. O espaço deve ser calmo, com uma boa luz e ter todos os materiais organizados.
- **Tenha um planner de família:** mesmo que simples, ajuda a criar hábitos de organização desde cedo. Coloque-o no frigorífico, por exemplo.



3.º Ciclo e Secundário: já preparados para o regresso às aulas.

A carga horária é cada vez maior, bem como o número de disciplinas. Uma boa preparação pode ser essencial para tirar um pouco da ansiedade que esta nova fase traz aos mais novos. Sugerimos:

- **Fazer breve revisão da matéria no Verão:** existem livros que compilam e resumem a matéria do ano. Pode ser uma ótima solução para levar para a praia e fazer alguns exercícios que muitas vezes estão incluídos.
- **Descarregar apps de organização:** há aplicações de calendário onde podem registar todas as datas importantes, como testes, mas também notas ou até mesmo gestão de tempo.
- **Comprar material resistente e funcional:** algumas das nossas dicas de regresso às aulas passam pela compra do material certo para o ano letivo. Opte por mochilas com

compartimentos, estojos organizados e cadernos resistentes.

Para todos: dicas práticas para o regresso às aulas.

- **Material escolar:** crie uma lista de material escolar, com tudo o que os mais novos vão precisar para este ano letivo. Aproveite as promoções.
- Os **boletins das vacinas** são sempre necessários. Mantenha-os à mão. Fotocopie também os documentos mais importantes e mantenha-os guardados no computador. Desta forma, só terá de os imprimir sempre que for necessário.
- **Imprima o calendário escolar** e deixe-o num local visível de casa. Assim podem acompanhar o ano dos mais novos e saber quando se está a aproximar a época de avaliação e as datas festivas.
- **Prepare o lanche e a mochila** dos mais pequenos no dia anterior. Desta forma, é menos uma preocupação para a manhã seguinte. Deixamos aqui algumas sugestões de snacks saudáveis.

Rodinhas: o parceiro ideal no regresso às aulas dos mais novos.

Seja qual for a idade dos mais pequenos, o Rodinhas tem soluções de mobilidade práticas, confortáveis e seguras, que tornam o regresso às aulas mais tranquilo para todos. Afinal de contas, somos um serviço especializado de transporte de crianças, que acrescenta um toque de magia no dia a dia dos miúdos: proporcionamos viagens seguras e divertidas a todos.

Com a ajuda da carrinha de transporte do Rodinhas, os mais novos movem-se com mais confiança. Com horários e rotas personalizadas, bem como um serviço de transporte particular – o Rodinhas Private – as famílias ganham mais paz de espírito e flexibilidade para o novo ano letivo. Para saber mais sobre as nossas soluções de transporte infantil, conheça os nossos serviços personalizados.