



DICAS

Como posso ajudar o meu filho com os TPC?


 **Crie um lugar específico para a criança/jovem estudar e fazer os TPC.**

É importante que tenha uma boa iluminação e que seja sossegado, com o mínimo de distrações, organizado e com todo o material necessário à mão.


 **Resista ao impulso de oferecer a resposta correta ou fazer os TPC pelo seu filho.**

Aprender com os erros faz parte do processo e não quer privar o seu filho dessa aprendizagem necessária.

Deixe-o responsabilizar-se pela sua aprendizagem e aprender a aprender.

 **Estabeleça um horário regular para estudar e fazer os TPC.**


O horário a definir dependerá da idade da criança/jovem e das suas necessidades específicas. Descubra qual é o horário que melhor se adapta ao seu filho e construa-o juntamente com ele e ajude-o a cumpri-lo.

 **Ensine ao seu filho as ferramentas necessárias para que possa ser progressivamente mais autónomo a estudar.**

Por exemplo, ajude-o a organizar-se e a priorizar as tarefas e a dividi-las em pequenas partes.

 **Remova distrações.**

Desligue a televisão, não permita o uso do telemóvel e da internet, durante o horário de estudo. Algumas crianças/jovens preferem o silêncio absoluto, outras concentram-se melhor ouvindo música tranquila.

 **Não espere ou exija a perfeição.**

Sempre que a criança ou jovem lhe mostrar o que fez, mostre interesse e elogie-a pelo seu esforço. Se tiver sugestões de melhoria, faça-o de modo construtivo.