

# Complementar Flex 2025



## ÍNDICE

Equipe Flex.....	02
Objetivo do Complementar Flex.....	03
• A importância de Brincar.....	03
• Horários: Entrada e Saída.....	04
• Comunicação.....	05
• O que trazer? O que não trazer?.....	06
• Medicação.....	07
Rotina Flex Manhã.....	08
Rotina Flex Tarde.....	08
Lanche, Almoço e Jantar.....	09
Horário das Refeições.....	10
Tarefas e Pesquisas.....	11
Aulas Extras.....	11
Projeto Estou Seguro / Escola de Esportes.....	12



# Boas vindas!

Agradecemos a confiança depositada ao escolher o Complementar Flex para cuidar de seu(sua) filho(a).

Para que tenhamos sucesso, é necessário que trabalhemos em conjunto, Casa e Escola, a fim de que seu (sua) filho(a) possa estar em um ambiente harmônico, estruturado e afetivo.

Sabemos da importância de um relacionamento de respeito e confiança, por isso elaboramos o **Guia da família** que tem como finalidade estabelecer normas, procedimentos e rotinas operacionais adotadas pela Escola Monteiro Lobato visando à adaptação, organização e integração das crianças no período Flex.

Recomendamos que façam a leitura e o consultem sempre que for necessário.

Que este ano transcorra com muita harmonia, paz e sucesso.

## Coordenação do Complementar Flex

### Equipe Flex

#### Coordenação:

Teresa Cristina da Gama Meyen

#### Assistente de Coordenação

Fernanda Santos Aleixo

#### Equipe:

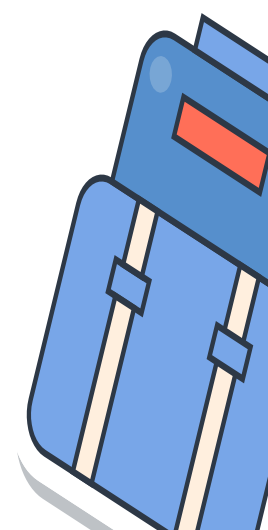
Adrielle de Souza Gomes

Flavia Mikaela dos Anjos

Jessica Alves de Oliveira

Josiane Feliz de Lucena

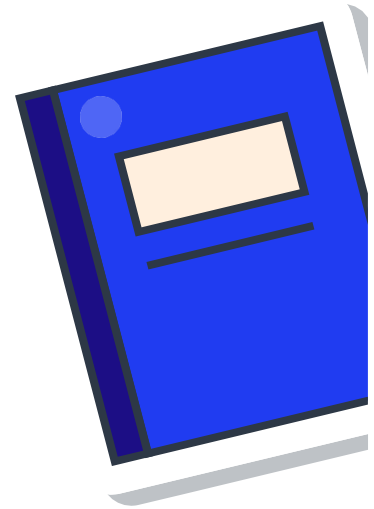
Judith Stephanie Riccio



Maria Angélica de Lima Nogueira  
Tatiane Martins de Souza Gonçalves  
Viviane Fátima da Silva  
Priscila Andressa Gonçalves dos Santos  
Rosangela Toledo Ribeiro  
Shirley Janaina de Moraes

### **Nutricionista**

Arine Moraes Gomes Ferraz



## **Objetivo do Complementar Flex**

Oferecer um maior tempo de permanência do nosso aluno no espaço escolar, possibilitando potencialização de todas as suas capacidades cognitivas, físicas, afetivas, sociais e emocionais através de atividades lúdicas, esportivas, psicomotoras e culturais, com toda a segurança. Oferecermos aos alunos atividades recreativas e culturais onde desenvolvam as habilidades como: empatia, paciência, autoconhecimento, autonomia, resiliência, criatividade, comunicação assertiva, entre outras.

## *A importância do Brincar*

“Brincar é uma interação espontânea e autêntica, livre de julgamentos. Há muitos estudos que mostram que se não brincarmos podemos ter menos competências emocionais e sociais, bem como criativas”. “Os mamíferos inteligentes aprendem brincando.”

neurocientista Sidarta Ribeiro, do Instituto do Cérebro



## Horários: Entrada e Saída

Importância do horário de entrada para que o aluno aproveite as atividades planejadas.

A **entrada** das 7h30 às 8h - Portão 1 e 2, após esse horário, será pela secretaria.

A saída do Flex acontece pela secretaria até às 17h15, pelo Portão 1 até as 18h e após esse horário pelo Portão 2.

**Saída:** Observar o horário noturno. Os menores muitas vezes ficam temerosos.

Último horário de saída: **18h30**

**Autorização de saída com terceiros.** Só entregaremos a criança para os pais ou as pessoas autorizadas pelo ClipEscola, Clicando em: **Agenda de Recados** – A mesma deve ser enviada para período Regular e para o FLEX.

### **Autorizações de saída.**

Essa autorização pode ser validada até o final do ano.

A autorização do ano anterior não é válida para este ano.



# Comunicação

App Store(iOS) e Play Store ( Android)

ClipEscola

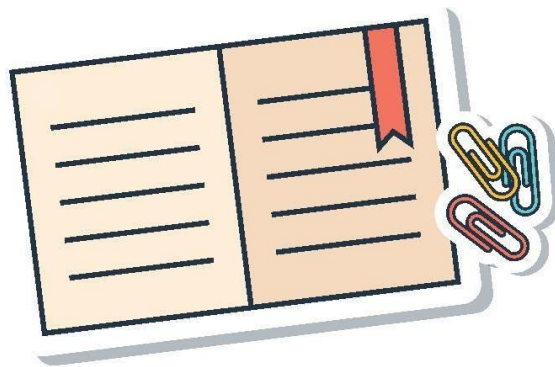
- Circulares, comunicados
- Calendários
- Avisos em geral
- Autorização de saída com terceiros
- Comunicação - pais/escola
- Eventos

Solicitamos que enviem as comunicações relativas ao Flex para a turma do Complementar Flex da criança.

e-mail

[escola@monteirolobato-sjc.com.br](mailto:escola@monteirolobato-sjc.com.br)

fone: (12) 3928-9700



## *O que trazer? O que não trazer?*

A criança que frequentar o **Flex no turno da manhã**, deve trazer uma mochila, só para esse período, com o uniforme da escola, garrafinha de água e uma necessaire com escova de dente, creme dental e escova ou pente de cabelo. Não é necessário vir de uniforme para o Flex.

A criança que fica no **Flex no turno da tarde**, deve trazer uma mochila, só para esse período, com uma troca de roupa, garrafinha de água e um necessaire com escova de dente, creme dental e escova ou pente de cabelo, protetor solar e repelente.

No **Flex I** a necessaire permanece na sala do Flex. Enviaremos a escova para troca quando verificarmos a necessidade, assim como a reposição da pasta dental.

A criança que usa fralda deve trazer na mochila 2 a 3 mudas de roupas, 4 fraldas (para o período do Flex), lenço umedecido e creme de prevenção de assadura.

O Flex, no desfralde, segue as mesmas orientações da Educação Infantil.

Os alunos do Flex deverão trazer um **estojo completo** para realizar as tarefas (lápiz grafite, lápis de cor, borracha, apontador, régua e tesoura).

Todo o material pessoal do aluno deverá estar identificado.

Teremos o Dia do Brinquedo, uma vez na semana. Estará na grade de atividades. Não trazer eletrônicos ou brinquedos, somente quando for solicitado.



# Medicação

A criança que manifestar qualquer doença infectocontagiosa não poderá permanecer na escola, até que o seu pediatra permita o seu retorno por meio de um atestado médico.

Em situações de tratamento, apenas ministraremos qualquer medicação (antitérmico, antibiótico, homeopatia, etc.), se houver uma cópia da receita médica elaborada pelo pediatra (atualizada). A receita com o nome do remédio, dosagem e horário devem ser enviados através do aplicativo ClipEscola.

Quando, em casa, a criança estiver tomando um medicamento pela primeira vez, é muito importante que sejamos comunicados, pois redobramos nossas atenções sobre qualquer alteração que poderá ser ocasionada pela medicação, entrando em contato imediatamente com a família do aluno.

Quando o aluno apresentar alguma doença ou mal-estar na escola, entraremos em contato, pelo telefone/e-mail, ClipEscola para que os pais venham buscá-lo.

Para que nosso contato com os pais seja possível em situações emergenciais, solicitamos que **mantenham os números de telefones** (casa, trabalho e celulares) **sempre atualizados na secretaria da escola.**

Como último recurso, para orientação imediata, entraremos em contato com a pediatra responsável pela Escola.

Em caso de **febre** manifestada na escola, entraremos em contato via telefone, e-mail ou ClipEscola para que os pais nos orientem sobre que atitude tomar.

Em caso de emergência - após tentativa frustrada de localização dos pais e/ou responsáveis legais, através contato telefônico - a escola está autorizada a providenciar a remoção do aluno para um hospital/ambulatório mais próximo ou conveniado. Os pais e/ou responsáveis legais devem entregar na secretaria da escola a cópia da carteira de convênio médico do aluno - caso possuam - a fim de agilizar o atendimento ao mesmo.



## Rotina Flex Manhã

Vir vestido com o uniforme da aula extra do dia (capoeira, judô).

A criança entra e vai direto para a sala do Flex; lanche.

Durante o período são desenvolvidas todas as atividades que estão na grade.

Crianças que têm tarefa, fazem com supervisão da Agente Educacional (algumas tarefas de pesquisas devem ser feitas em casa).

Após as atividades as crianças almoçam, fazem a escovação dos dentes e vão para a sala para o horário de relaxamento. O sono não é obrigatório.

A camiseta da capoeira não pode ser usada nas aulas do pedagógico.

## Rotina Flex Tarde

Entrada:

As agentes encaminham as crianças para as salas do Flex após o ensino Regular;

As crianças almoçam, fazem a escovação dos dentes e vão para a sala para o horário de relaxamento;

O sono não é obrigatório;

Lanche (escovação);

Durante o período são desenvolvidas todas as atividades que estão na grade;

Tarefas: fazem com supervisão da agente educacional;

Após as atividades as crianças jantam, fazem a escovação dos dentes e voltam para a sala.





## Lanche, Almoço e Jantar

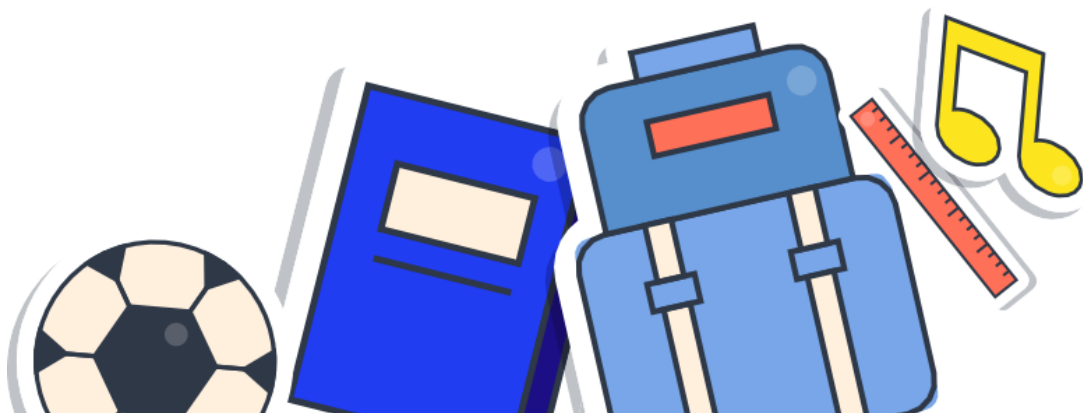
As refeições são fornecidas pela Escola, seguindo as normas de nutrição, com cardápios mensais elaborados por nutricionista habilitada. O cardápio é equilibrado de maneira que supra as necessidades de nossas crianças, em fase de crescimento.

Todos os dias são servidos no almoço/jantar: alface, tomate, legumes cozidos, arroz/arroz integral, feijão, proteína (carne, peixe ou frango), legumes refogados e fruta.

No lanche: suco, fruta, e um alimento que contenha carboidrato (pães, bolachas, bolos, etc.).

Esse é um momento especial, onde se estabelece a parceria com os pais na boa formação dos hábitos alimentares de seu filho, pois, além do cardápio balanceado, ficamos atentas às boas maneiras à mesa, à higiene e ao contato social da criança.

Para as crianças com restrição alimentar, é necessário que os senhores pais tenham preenchido, no ato da matrícula ou em qualquer época do ano, a “Ficha de Restrição Alimentar” (disponível na Secretaria) e tragam o atestado médico. Em situações nutricionais especiais, serão feitas reuniões com as famílias e a escola com o objetivo de fazer os ajustes necessários.



## Horário das Refeições

O lanche é servido das 8h às 9h no período da manhã e das 14h30min às 15h30min no período da tarde.

O almoço do Flex da manhã é oferecido a partir das 10h50 até 12h15.

O almoço do Flex da tarde é oferecido a partir das 11h45 ( Flex I e II) e a partir das 12h (Flex II ( 6 anos) e Flex III e IV).

O jantar é realizado a partir das 17h para o Flex I e II (faixa etária até 6 anos) e a partir das 17h15 para o Flex III e IV.

Sempre orientamos a criança para que coma os alimentos servidos naquele dia, mas, caso ela permaneça irredutível por não gostar de determinado alimento, não é necessário ingeri-lo.

Todos os dias enviamos o relatório do dia informando como foi a alimentação, sono, tarefa, etc.

Lembrem-se que o jantar começa a ser servido às 17h e termina às 18h.

As crianças podem ter fome até a hora de dormir, é normal;

O cardápio mensal estará disponível no aplicativo ClipEscola;

Os alunos que vem só para o almoço e ou jantar, após os mesmos, ficam em uma sala com uma agente educacional.

Para aqueles alunos que contrataram somente o almoço, lembramos que o horário de almoço se encerra às 12h30. Se faz necessário chegar até as 12h15.

É permitido almoçar com os pais na cantina, uma vez por semana. Pedimos que avisem com antecedência pelo ClipEscola. O horário da entrada para o almoço é a partir das 11h30.



## Tarefas e Pesquisas

As tarefas podem ser realizadas no Flex sempre com orientação da agente educacional, em um ambiente favorável à boa concentração.

A correção da tarefa é feita pela professora do período regular.

Algumas pesquisas enviadas pelo período regular poderão ser feitas no Flex, outras deverão ser feitas em casa, devido à complexidade dos materiais necessários e/ou a necessidade da participação da família.

No diário do aluno haverá a informação sobre a tarefa do dia.

## Aulas Extras

As aulas de Capoeira, Judô, Atenção Plena, Psicomotricidade, ateliê e loga\* e Flauta\* fazem parte da grade oferecida pelo Complementar Flex.

Capoeira - uniforme - deve ser adquirido na Fábula Papelaria e Livraria.

Judô - O Judogui (quimono) faz parte dos golpes do Judô, por isso é muito importante - pode ser adquirido em qualquer loja de esportes. Deve ser azul ou branco.

O uso do uniforme da capoeira e do judô é obrigatório.

A Flauta é obrigatória para as aulas - A marca deve ser Flauta Doce Yamaha Germânica. - Somente para o Flex III

Para as aulas de Ateliê deve ser adquirido o kit. - Somente para o Flex IV

Professores:

Capoeira: Mônica Lobão

Psicomotricidade: Francisco Luckaschek

Judô: Márcia Cia Athletica

loga: Denise Mendes Lopes

Ateliê: Mariana São João

Flauta: Anete Fernandes

Atenção Plena: Diana Ricci



# Projeto Estou Seguro | Escola de Esportes

A Escola oferece atividades complementares através dos nossos parceiros, que poderão ser contratadas e conciliadas com o horário contratado no Complementar Flex.

## **Atividades diretamente com os parceiros:**

Balé, sapateado - diretamente na Academia Cristina Cará

Escola de Esportes da Cia Athletica - diretamente na Cia Athletica

MBA Kids & Teens

Desejamos um ano produtivo e de alegria para nossas crianças.

Vamos trabalhar juntos!

*Equipe Complementar Flex*

